

Hoy tengo

invitados

TELVA

Todos querrán ir a tu casa



Cocina fácil
100 recetas paso a paso
con todas sus fotos

Y 20
CONSEJOS
DE

Y

YBARRA

FOTOMECÁNICA: NOVOCOMP, S.A. C/ Antracita, 7. Nave 12 - 28045 MADRID . Tel: 91 527 45 62. Fax. 91 539 24 01.
IMPRESIÓN Y ENCUADERNACIÓN: PRINTER INDUSTRIA GRÁFICA, S.A. Ctra. N III - Km 600 - Cuatro Caminos s/n.
08620 SANT VICENÇ DELS HORTS. - BARCELONA. Tel: 93 631 01 23. Fax: 93 631 02 05.
REALIZA: DPTO. DE PRODUCCIÓN RECOLETOS. Pº de la Castellana, 66. 28046 - MADRID. Tel: 91 337 32 20.

© EDICIONES CÓNICA S.A.

Todos los derechos reservados. Los contenidos de este libro no podrán ser reproducidos, distribuidos ni comunicados públicamente en forma alguna sin la previa autorización por escrito de la sociedad editora.

Depósito legal: B-38743-2004 - ISBN.84-8106-144-1 IMPRESO EN ESPAÑA - EDICIÓN OCTUBRE 2003



Hoy tengo
invitados TELVA
Todos querrán ir a tu casa



DIRECTORA: NIEVES FONTANA

REDACCIÓN Y COORDINACIÓN: ISABELA MUÑOZ OZORES

DIRECTORA DE ARTE: CAROLINA CARRASCAL

MAQUETACIÓN: ANGELITA MORENO

RECETAS: ESCUELA DE COCINA TELVA Y NENA FERNÁNDEZ DE LA RIVA

FOTOS: ROSI UGARTE, CAROLA BEAMONTE Y ALFONSO ZUBIAGA

ESTILISMO: MARINA JARDÓN Y CARLA ROTAECHE

ARCHIVO Y DOCUMENTACIÓN: MARIBEL GARCÍA BUENO

Cocinar para ti es un placer que se multiplica al **compartirlo con los amigos**, ¿Verdad? Además disfrutas preparando **recetas nuevas y modernas que siempre salen bien**. Seguro que estás de acuerdo. Si añadimos que sientes predilección por menús sabrosos que se consiguen **sin complicaciones** y requieren **poco tiempo de elaboración**, probablemente nos acerquemos al objetivo de este libro:

cerca de 100 recetas

La mayoría explicadas **paso a paso**, con ideas para situaciones tan distintas como **ver el partido** o **celebrar la Navidad**, con todas **sus fotos, tiempos de elaboración y cocción, nivel de dificultad y trucos**. Lo malo es que... todos querrán ir siempre a tu casa.



- Torta de queso gratinada.
- Croquetas.
- Paté de salmón.
- Paté de atún.
- Bolitas sorpresa.
- Paté de higaditos.
- Tostas de patata y salmón.
- Camembert frito con vinagreta de miel.
- Provolone con salsa tomate.
- *Plum cake* con queso.
- Queso manchego y membrillo.
- Rollitos de carne asada.
- Pizza mexicana.

Aperitivos

Ingredientes para 6 personas:

6 rebanadas de pan payés, 6 rodajas de queso de cabra, 5 pepinillos en vinagre, 3 anchoas en aceite, 10 aceitunas negras sin hueso, 2 ó 3 tomates.

Modo de hacerlo:

1. Dorar en el horno las rebanadas de pan por ambos lados.
2. Pelar los tomates, retirar las pepitas y cortarlos en rodajas finas, cubrir el pan y añadir una rodaja de queso de cabra.
3. Picar los pepinillos, las anchoas y las aceitunas. Extender la mezcla sobre el queso de cabra. Gratinarlo a 200 °C unos dos minutos hasta que el queso empiece a fundirse. Presentarlo decorado con cebollino.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 5 minutos.

Dificultad: Principiantes.



CONSEJO YBARRA

Sustituir el tomate natural por el tomate frito con aceite de oliva Ybarra. Cambiar el queso de cabra por otro que funda bien.

Ingredientes para 4 personas:

150 g de carne cocida o asada y picada, 1 cebolla, 1/4 l de leche, 1 yema de huevo, 2 huevos para rebozar, 50 g de harina, 25 g de Maizena, pan rallado, sal, pimienta y aceite.

Modo de hacerlo:

Sofreír en aceite de oliva la cebolla muy picada hasta que se dore, añadir la carne. Aparte, mezclar en un bol, la leche, la harina, las yemas, sal y pimienta. Echarlo en la sartén y continuar la cocción sin parar de remover (10 min. aprox.) hasta que quede una pasta fina y brillante. Echarlo en una fuente para que se enfríe. Hacer las croquetas, rebozarlas en huevo y pan rallado y freírlas en aceite.

Conservación: Puede congelarse.

Tiempo de elaboración: 20 minutos.

Tiempo de cocción: 25 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: El punto de la masa se conoce cuando se desprende de las paredes de la sartén.



Ingredientes para 4 personas:

200 g de carne picada, 100 g de champiñones, 1 bolsa de puré de patata, 2 dl de leche, 2 yemas de huevo, 2 cucharadas de nata, 1 cebolla, 2 chalotas, 1 ramita de romero, 1/2 dl de Oloroso, 1/2 dl de brandy, aceite y sal.

Modo de hacerlo:

Rehogar la carne con la cebolla picada y 1 ramita de romero. Añadir el Oloroso y el brandy y cocerlo 20 min. Picar las chalotas y rehogarlas en aceite, añadir los champiñones en láminas y saltearlos hasta que se doren. Preparar el puré de patata con la leche y la sal según instrucciones del fabricante. Añadir las yemas, la nata y los champiñones.

Llenar con el puré de patata 4 moldes forrados con papel film. Colocar en el centro una cucharada de carne y taparlo con puré. Desmoldarlo en una bandeja de horno, pintarlo con el jugo de la carne y hornearlo a 200 °C, 12 min.

Conservación: Puede congelarse en crudo.

Tiempo de elaboración: 20 min.

Tiempo de cocción: 45 min.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Cambiar la nata por leche.
Acompañarlo de salsa de tomate.





on salsa Cumberland

Ingredientes:

100 g de higaditos de pollo limpios, 300 g de mantequilla en pomada, vino de Oporto, ralladura de 1/2 naranja, sal, pan tostado. **Salsa Cumberland:** 8 cucharadas de jalea de grosella, 1 chalota picada, 2 cucharadas de corteza de limón cortada en juliana (bastoncillos), el zumo de 2 naranjas, el zumo de 1 limón, 1 vaso de Oporto, 1 cucharadita de mostaza, tomillo, jengibre, laurel.

Modo de hacerlo:

Limpiar los higaditos retirándoles las venillas. Rehogarlos en aceite con la naranja y salpimentarlo. Pasarlo a un cuenco y cubrirlo con Oporto. Una vez fríos, escurrirlos y triturarlos con la mantequilla. Introducirlos en una tarrina y taparla.

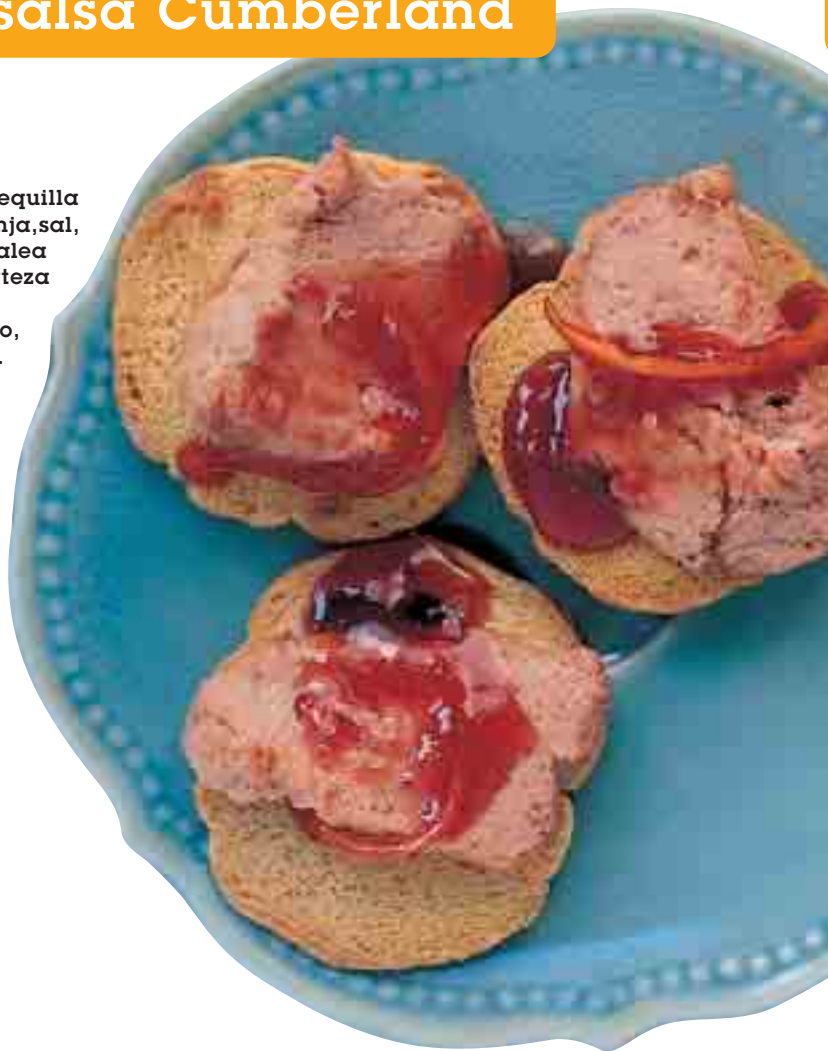
Salsa Cumberland: Hervir en agua la naranja y el limón 10 minutos. Escurrirlo. Colar la jalea y añadirle la juliana. Reducir sobre el fuego el zumo de naranja con el resto de ingredientes. Incorporarlo a la jalea. Espolvorear jengibre.

Conservación: Puede congelarse.

Tiempo de elaboración: 10 minutos.

Tiempo de cocción: 10 minutos.

Dificultad: Con algo de experiencia.



Ingredientes para 10 unidades:

1 patata grande, 1 huevo batido, 10 huevos de codorniz escalfados, 3 cucharadas soperas de salsa holandesa, huevas de salmón, cebollino fresco, sal.

Modo de hacerlo:

Rallar muy fina una patata, escurrirla bien en la palma de la mano. Mezclarla con huevo batido y sal. Hacer con esta pasta tortas de 2,5 cms de diámetro.

Plancharla en aceite de oliva en una sartén antiadherente. Montar cada torta con un poco de salmón ahumado, un huevo de codorniz escalfado, salsa holandesa y unas huevas de salmón. Adornarlo con cebollino fresco.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 30 minutos.

Tiempo de cocción: 15 minutos.

Dificultad: Con algo de experiencia.

Nuestro truco: Cubrirlo con jamón serrano y huevo de codorniz frito.





h vinagreta de miel

Ingredientes:

1 queso Camembert entero cortado en porciones, harina, huevo y pan rallado para el empanado.

Vinagreta: 3 volúmenes de aceite, 1 volumen de vinagre, 1 ó 2 cucharadas de miel.

Modo de hacerlo:

Pasar por harina, huevo y pan rallado el queso.
Freírlo hasta que se dore por ambos lados. Servirlo acompañado de la vinagreta.



* Provolone con salsa de tomate

Ingredientes:

200 g de queso Provolone,
200 g de salsa de tomate frito.

Modo de hacerlo:

En recipiente para el horno, cubrir el fondo con la salsa de tomate, añadir el queso y gratinarlo.



Crema de queso

Ingredientes:

1 yogur natural, 4 huevos, 3 veces el volumen del yogur en azúcar, 4 veces el volumen del yogur en harina, 1 volumen del yogur en aceite, 1 cucharada de levadura química, 50 g de pasas. **Crema de queso:** 200 g de queso cremoso tipo Philadelphia, 1 diente de ajo, finas hierbas: Perejil, cebollino, estragón...

Modo de hacerlo:

Mezclar el yogur, los huevos, el azúcar, el aceite, la levadura, las pasas y por último la harina. Rellenar con esta mezcla un molde de bizcocho previamente engrasado y enharinado. Hornearlo a 180 °C 5 min. aprox. Sacarlo, desmoldarlo y dejarlo enfriar sobre una rejilla. Cortarlo en rebanadas y untarlas con la crema de queso. **Crema de queso:** Mezclar el queso con el ajo y las hierbas muy picados.



*Queso manchego y membrillo

Ingredientes:

1 queso entero manchego semi-curado, 150 g de membrillo.

Modo de hacerlo:

Vaciar el queso y cortarlo en dados. Cortar el membrillo igual que el queso. Servirlo dentro del queso vacío o en brocheta.



Ingredientes para 4 personas:

1 base de pizza, 100 g de carne picada de cerdo, 100 g de chorizo, 100 g de maíz, 1/2 pimiento rojo, 1/2 pimiento verde, 5 cucharadas de salsa de tomate, 50 g de queso Emmental rallado, orégano, sal y pimienta.

Modo de hacerlo:

Trocear los pimientos y freírlos en un poco de aceite a fuego lento. Añadir la carne y freírla hasta que se dore. Agregar el chorizo picado. Salpimentarlo y rehogarlo unos minutos todo junto. Colocar la base de pizza sobre la bandeja de horno, cubrirla con la salsa de tomate, distribuir por encima la mezcla de carne picada, el maíz y el queso rallado. Cocerlo en horno precalentado a 200 °C entre 10 y 15 min.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 30 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Utilizar masa fresca.





- Crema de zanahorias.
- Surtido de cremas en chupitos.
- Sopa montera.
- Vichyssoise de yogur.
- Sopa de tomates verdes.
- Arroz con salchichas.
- Arroz con almejas y alcachofas.

- Arroz meloso de espárragos.
- *Fideuá* de rape.
- Espaguetis con langostinos.
- Milhojas de gambas y trigueros.
- Tallarines con gambas.
- Pisto con hinojo y huevos escalfados.
- Tomates fritos con huevo.

Cremas,
sopas, arroz,
pasta y huevos

Ingredientes para 6 personas:

1 k de zanahorias, 2 l (8 vasos de agua) de caldo de ave, 3 naranjas, 3 cucharadas de azúcar, 1 chorrito de vinagre, 1 chorrito de Grand Marnier, 1 chorrito de nata. **Guarnición:** 8 hojas de pasta china (Wan ton), 50 g de queso tipo Philadelphia, 30 g de mójol.

Modo de hacerlo:

1. Pelar las zanahorias y cocerlas en el caldo hasta que estén tiernas. Triturarlas y pasarlas por el pasapuré y el chino.
2. Preparar un caramelo con el azúcar, cuando tenga un color dorado, añadir el vinagre y el *Grand Marnier*. Incorporarlo al puré de zanahoria. Sazonarlo y añadir la nata.
3. Rellenar las láminas de pasta con una mezcla de queso y mójol. Pintarlas con huevo batido y cerrarlas. Cocerlas en agua hirviendo durante 1-2 minutos. Servir la crema con los ravioli de guarnición.

Conservación: 1 semana en la nevera. Congela bien sin la guarnición.

Tiempo de elaboración: 20 min.

Tiempo de cocción: 30 min.

Dificultad: Para principiantes.



CONSEJO YBARRA

Cambiar la zanahoria por patata entera al natural de Hacienda Ybarra y Puerros al natural de Hacienda Ybarra. Calentarlo sin cocerlo y seguir la misma técnica.

Ingredientes para 4 personas:

4 yogures naturales, 3 puerros, 1 patata, 1/2 l de caldo de verduras, aceite de oliva y menta fresca.

Modo de hacerlo:

Calentar el aceite y rehogar la patata pelada y los puerros en trozos; cuando empiecen a tomar color añadir el caldo y la menta. Salpimentarlo y cocerlo 15 min. Retirar la menta, agregar el yogur y pasarlo por la batidora hasta conseguir una crema. Dejarlo reposar en la nevera 24 horas antes de servir.

Conservación: 2 días en nevera.
Congela bien.

Tiempo de elaboración: 10 minutos.

Tiempo de cocción: 30 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Hacer el caldo con una pastilla. Prepararlo con antelación.





en chupitos

* Crema de tomate a la albahaca

Ingredientes para 4 personas:

1 kg de tomates maduros, 1 dl de nata líquida, 3 cucharadas de aceite de oliva, 3 cucharadas soperas de azúcar, sal y pimienta. **Pesto:** 1/4 manojo de albahaca, 100 g de piñones, 1 dl de aceite de oliva.

Modo de hacerlo:

Pelar y despepitar los tomates. Mezclarlos en la batidora con el resto de los ingredientes. Rellenar la taza y colocar un cordón de pesto.

* Crema de maíz

Ingredientes para 4 personas:

300 g de maíz de lata, 2 dl de nata líquida, 6 dl de caldo de ave, 50 g de almendras garrapiñadas trituradas, 1 remolacha natural, sal y pimienta.

Modo de hacerlo:

Hervir la nata, el caldo y el maíz 15 min. Triturarlo y colarlo por el chino. Cortar la remolacha en láminas, enharinarla y freírla en aceite caliente. Presentarla con la almendra espolvoreada y un disco de remolacha en el filo.

* Crema de berros

Ingredientes para 4 personas:

1/2 l de nata líquida, 1/2 l de caldo de ave, 250 g de berros, sal y pimienta, 3 cucharadas soperas de aceite, 40 g de jabugo.



Modo de hacerlo:

Escaldar los berros deshojados en agua. Hervir la nata, añadirlos escurridos con el caldo, aceite, sal y pimienta. Triturarlo en batidora. Cortar el jamón en láminas finas y hornearlo entre papel de horno hasta que esté crujiente. Servirlo junto.

Conservación: 2 días en nevera. Pueden congelarse.

Ingredientes para 4 personas:

Huesos de perdiz (o cualquier sobrante de otras aves), 1 cebolla, 1 dl de aceite, 12 rebanadas de pan, 2 dientes de ajo, 150 g de jamón serrano, 1 dl de Jerez seco, perejil, hierba buena y sal.

Modo de hacerlo:

Pelar la cebolla y los ajos y picarlos finos. Cortar el jamón en dados. Cortar el pan en lonchas finas. Calentar el aceite en una cazuela y rehogar a fuego lento la cebolla y ajos hasta que empiecen a dorarse. Añadir perejil, hierba buena y los huesos. Rehogarlo 15 min. Verter el Jerez y cubrirlo con caldo hasta que se cubra. Taparlo y cocerlo 1 hora. Tostar las rebanadas de pan en el horno. Colarlo, agregar el pan y cocerlo 5 min.

Conservación: 3 días en nevera.
Puede congelarse.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 1 hora y 30 min.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: En caso de carne sobrante, desmenuzarla y servirla con el caldo.





rdes con albahaca

Ingredientes para 4 personas:

750 g de tomates verdes, 1 chalota, 1 anchoa, 1 chili verde, 1/2 diente de ajo, 1 dl de leche de coco, agua, albahaca fresca, aceite de oliva.

Modo de hacerlo:

1. Triturar 3 tomates con la chalota, la anchoa, el chili y el ajo, hasta obtener una pasta.

2. Mezclar la leche de coco con 2 vasos de agua. Hervirlo y sazonarlo al gusto con la mezcla anterior. Incorporar el resto de los tomates verdes troceados y enfriarlo en la nevera. Triturar las hojas de albahaca con un poco de aceite y servir la sopa con un poco del aceite de albahaca.

Conservación: 2 días en la nevera. Puede congelarse.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Utilizar tomates rojos. Sustituir la leche de coco por leche Ideal.



Ingredientes para 4 personas:

500 g de salchichas de carnicería, 1/4 k de alcachofas, 1/4 k de guisantes, 1 cebolla, 1 tomate, 200 g de arroz, 1/2 dl de aceite, perejil picado, ajo y azafrán.

Modo de hacerlo:

Pelar y picar la cebolla, tomate y ajos, limpiar las alcachofas cuarteando los corazones. Calentar el aceite en una cazuela y rehogar la cebolla y ajos. Cuando empiecen a dorarse agregar el tomate, incorporar las salchichas en trozos, añadir 1l y 1/2 de agua, las alcachofas, los guisantes, una pizca de azafrán, y cocerlo tapado a fuego lento. Agregar el arroz y cocerlo 18 min. Retirarlo del fuego y servirlo.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 15 minutos.

Tiempo de cocción: 20 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Utilizar carne de sobras.





alcachofas

Ingredientes para 4 personas:

6 fondos de alcachofas, 1 vaso (de agua) de arroz,
1 cebolla, 1 diente de ajo, 300 g de almejas,
1/2 vaso (de vino) de vino blanco,
2 vasos (de agua) de caldo de pescado.

Modo de hacerlo:

Cocer aparte las alcachofas en agua con un chorro de limón y añadirlo a un wok justo antes del arroz. Rehogar la cebolla y el ajo pelados y picados. Añadir el arroz y rehogarlo. Añadir el vino y dejarlo reducir. Añadir el caldo y cocerlo 20 minutos aprox. Incorporar las almejas al final y dejarlas que se abran.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 45 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Comprar la alcachofa congelada.



Ingredientes para 4 personas:

4 tazas (de café) de arroz tipo bomba, 1 manojo de espárragos verdes, 150 g de setas, 1 cebolla, 1/2 dl de aceite, 25 g de mantequilla.

Modo de hacerlo:

Lavar y trocear los espárragos, hervirlos en agua con sal durante 5 minutos, escurrirlos y pasarlos por agua fría. Reservar el caldo. En una cazuela sofreír en el aceite la cebolla picada y saltear las setas en trozos hasta que se consuma el agua. Retirar y reservar aparte las verduras. En el aceite sobrante echar el arroz y darle una vuelta. Añadir poco a poco 8 tazas (de café) de caldo de verdura. Cocerlo 15 min., cuando falten 5 incorporar los espárragos y las setas. Agregar la mantequilla en trozos justo en el momento de servirlo. Adornarlo en el último momento.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 10 minutos.

Tiempo de cocción: 35 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Preparar un caldo de verduras con 1 puerro, 1 zanahoria, 1 rama de apio, 1 hoja de laurel y sal. Cocerlo en 2 litros de agua 45 minutos.





Ingredientes para 6 personas:

250 g de fideos del n.º 1, 10 dientes de ajo.

Aceite de oliva Ybarra sabor suave.

Fumet de rape: 500 g de huesos de rape, 1 puerro, perejil, agua.

Modo de hacerlo:

1. Poner en una cacerola los huesos del rape, el puerro troceado y un ramillete de perejil. Cubrirlo con agua (1 l aprox.) y cocerlo 30 min. aprox. Salarlo, colarlo y reservar el caldo.
2. Poner un poco de aceite en la paellera y dorar los dientes de ajo con su piel.
3. Añadir los fideos y dejar que se tuesten un poco. Rehogarlo con el *fumet* y cocerlo 8 min. aprox. Introducirlo 2 ó 3 minutos en el horno para que no se levanten las puntas de los fideos. El tiempo de cocción total es de 10 min. aprox. Sacarla del horno y servirla con salsa ali-oli.

Conservación: Consumo inmediato. Se puede congelar el *fumet*.

Tiempo de elaboración: 20 min.

Tiempo de cocción: 50 minutos.

Dificultad: Principiantes.



CONSEJO YBARRA

Acompañarlo con Salsa Ali-oli de Ybarra

Ingredientes para 4 personas:

300 g de espaguetis, 1 lata de 150 g de bonito al natural, 8 langostinos, 2 dientes de ajo, 1 tomate y aceite.

Modo de hacerlo:

Hervir la pasta en abundante agua con sal. Freír en un sartén con 4 cucharadas de aceite los ajos pelados y retirarlos; saltear (freír ligeramente) los langostinos pelados y retirarlos. Mezclar con el aceite los espaguetis, añadir el bonito escurrido de la lata y dividirlo en cuatro platos; bordearlo con los langostinos y dados de tomate pelado.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 10 minutos.

Tiempo de cocción: 20 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Trocear los langostinos y servirlos mezclados con la pasta y el tomate como una ensalada. Espolvorearlo de albahaca.





s y trigueros

Ingredientes para 6 personas:

12 láminas de won ton (puede sustituirse por hojas de lasaña o pasta de canelones), 500 g de gambas grandes, 1 manojo de espárragos. Aceite de oliva Ybarra.

Salsa de curry: 20 g de mantequilla, 20 g (1 cucharada colmada) de harina, 1 dl y 1/2 (1 vaso de vino) de caldo de ave, 150 g (1 vaso de vino) de nata líquida, **curry**.

Modo de hacerlo:

Freír la pasta *won ton* en abundante aceite muy caliente. Reservarla sobre papel absorbente. Limpiar y trocear los espárragos. Saltearlos con un poco de sal gorda. Retirarlos y rehogar las gambas peladas. **Salsa:** Preparar una bechamel con la mantequilla, la harina, el caldo y la nata, y añadir el **curry**. Hervirlo 10 minutos. Montar el millojas alternando capas de *won ton* frito y espárragos con gambas. Servirlo con la salsa.

Conservación: Si se hace con pasta cocida, cubrirlo todo con bechamel (triplicar la cantidad), y puede congelarse. Si se fríe, puede hacerse con antelación y montarlo en el último momento pero no congelar bien.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 30 min.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Poner pasta fresca aunque no resulte tan crujiente.



oz con gambas

Ingredientes para 6 personas:

1 cebolleta, 1/2 pimiento rojo, 1/2 pimiento verde, 250 g de gambas peladas, 250 g de tallarines de arroz, 50 g de salsa *Hoisin*, un chorro de vinagre de sidra.

Modo de hacerlo:

Rehogar la cebolleta, el pimiento rojo y el pimiento verde cortados en juliana. Añadir las gambas y cocerlo unos minutos. Añadir la salsa *Hoisin* y el vinagre. Remojar los tallarines en agua fría 20 minutos. Añadirlo a las verduras con las gambas y cocerlo 3 minutos.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 5 minutos.

Tiempo de cocción: 30 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Emplear tallarines de huevo.





Huevos escalfados

Ingredientes para 6 personas:

1 cebolla, 1 bulbo de hinojo, 1 pimiento rojo,
1 pimiento verde, 1 berenjena, 1 calabacín,
200 g de salsa de tomate frito, 6 huevos.

Modo de hacerlo:

Trocear todas las verduras. Rehogar la cebolla, el hinojo, el pimiento verde y el pimiento rojo. Añadir la berenjena y rehogarla ligeramente. Añadir el calabacín, rehogarlo e incorporar al final el tomate frito para cocerlo todo junto unos minutos. Aparte calentar agua con un chorro de vinagre, cuando hierva, añadir los huevos con cuidado, envolverlos con la espumadera, retirarlos y servirlos sobre el pisto.

Conservación: El pisto puede congelarse.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 30 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Servirlo
con arroz blanco.



Un huevo

Ingredientes para 4 personas:

3 dl de yogur, 4 huevos, 4 tomates grandes rojos, pan rallado, 1 cucharada de harina, aceite de oliva, 2 cebolletas, albahaca y paprika.

Modo de hacerlo:

Cortar los tomates en 2 rodajas gordas. En una sartén calentar el aceite y dorar rápidamente las rodajas de tomate. Retirarlas y colocarlas en una fuente de horno, espolvorearlas con sal, pan rallado y cebolleta. En la misma sartén de los tomates dorar la harina, añadir la paprika y la albahaca y, poco a poco, el yogur; removerlo hasta que espese la salsa. Cascar los huevos encima de cada rodaja de tomate y hornearlos 8 min. a 200 °C aprox. tapados con papel de aluminio, hasta que las claras se cuajen. Servirlos con la salsa.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 10 minutos.

Tiempo de cocción: 20 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Fuera del horno se terminan de cuajar los huevos en su propio calor.





- Brochetas de verdura.
- Puerros con salsa de yogur.
- Pimientos verdes rellenos de tortilla.
- Lasaña de verduras.
- Espinacas con queso Feta y piñones.
- Patatas salteadas con panceta y romero.
- *Mousse* de patata y tuétano.
- *Tarta* de pimientos y finas hierbas.
- *Souffle* de coliflor.
- Pimientos verdes rellenos de tortilla.
- Ensalada de verduras fritas y vinagreta de miel.

Verduras y legumbres



ra con salsa Romescu

Ingredientes para 4 personas:

1 pimiento verde y otro amarillo, 1 calabacín, 6 tomates cherry, 6 cebollitas francesas, 6 champiñones. **Salsa Romescu**: 1 pimiento seco (ñora), 1 guindilla, 2 dientes de ajo, 100 g de almendra molida y tostada, 1 rebanada de pan, 1/4 l (1 vaso de agua) de aceite de oliva virgen extra de Ybarra, 3 cucharadas de vino blanco, sal, nuez moscada.

Modo de hacerlo:

1. Pelar las cebollitas, limpiar los champiñones y los pimientos y cortar el calabacín en rodajas. Colocar las verduras sobre una bandeja de horno, rociarlas con aceite y salpimentarlas.

2. Asarlas a 200 °C 30 min. aprox. Retirar las verduras a medida que se asen. Pelar los pimientos y cortarlos en tiras.

3. Rehidratar el pimiento seco en agua 15 min. Trocearlo. Freír la guindilla y la rebanada de pan. Retirar la guindilla. Triturar los ajos, la almendra, el pan frito, el pimiento pelado y un trozo de guindilla. Montar esta salsa con aceite como si fuera una mayonesa. Darle un punto de sal y nuez moscada. Añadir el vino. Ensartar las verduras y acompañarlas con la salsa.

Conservación: Verduras: 3-4 días en nevera.

Tiempo de elaboración: 15 min.

Tiempo de cocción: 45 minutos.

Dificultad: Principiantes.



CONSEJO YBARRA

Simplificar la salsa con un tarro de mayonesa Ybarra, añadiéndole un puré de ñora, ajo y almendra.



Ingredientes para 4 personas:

8 puerros. **Aliño:** 1 vaso y 1/2 de yogur natural, 1 cucharada de mayonesa espesa, 1 cucharadita de mostaza, 1 cucharadita de vinagre, 2 cebolletas picadas, perejil, pimienta.

Para adornar: Nueces y cebollino.

Modo de hacerlo:

Cocer los puerros en agua hirviendo con sal 10 ó 15 min. Mezclar el yogur con la mayonesa, mostaza, vinagre, cebolleta y perejil. Salpimentarlo. Escurrir bien los puerros, colocarlos en una fuente, regarlos con el aliño y espolvorearlos con nueces y cebollino.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 5 minutos.

Tiempo de cocción: 15 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Para que los puerros tomen mejor el sabor del aliño, incorporarlo cuando están calientes. Esta salsa acompaña bien los pescados a la plancha como el salmón o cualquier pescado blanco.





llenos de tortilla

Ingredientes para 6 personas:

6 pimientos verdes italianos, 2 patatas, 3 huevos, 1/2 cebolla, sal, aceite de oliva sabor suave de Ybarra.

Modo de hacerlo:

1. Quitar el rabo y las pepitas a los pimientos sin romperlos. Cortar las patatas en rodajas finas, picar la cebolla y freírla en abundante aceite. Escurrirlo y reservarlo. Batir los huevos, mezclarlos con las patatas y cebolla, salarlo y machacarlo.

2. Rellenar los pimientos con la mezcla de huevo y patata.

3. Freír los pimientos rellenos en abundante aceite caliente, hasta que se cuaje la tortilla del relleno.

Conservación: 3 días en nevera.

Tiempo de elaboración: 20 minutos.

Tiempo de cocción: 30 minutos.

Dificultad: Principiantes.



CONSEJO YBARRA

Acompañarlo de una muselina realizada con mayonesa Ybarra rebajada con leche y calentada un minuto en el microondas. También con la mayonesa a la mostaza de Ybarra.

Ingredientes para 4 personas:

8 hojas de lasaña, 300 g de queso *Ricotta*, 2 tomates, 1 calabacín, aceitunas negras y verdes sin hueso de Ybarra, tomatitos cherry, alcaparras. **Aceite perfumado:** Hierbabuena, 1 dl de aceite de oliva Virgen Extra Ybarra, piel de naranja, sal y pimienta.

Modo de hacerlo:

1. Calentar el aceite con un poco de hierbabuena y la piel de naranja picada. Triturarlo y colarlo. Pelar y trocear el tomate y el calabacín. Rehogar las verduras en aceite 5 minutos. Aliñar el *Ricotta* con sal y pimienta.

2. Cocer la pasta y refrescarla en agua fría. Hacer capas de lasaña y verduras rehogadas. Aderezarlo con el aceite perfumado. Decorarlo con tomatitos cherry, alcaparras y aceitunas.

Conservación: 2 días en nevera.

Tiempo de elaboración: 10 minutos.

Tiempo de cocción: 15 minutos.

Dificultad: Principiantes.

CONSEJO YBARRA

Sustituir el tomate y el calabacín por alcachofas, judías verdes o menestra de La Hacienda de Ybarra. También se puede tomar como ensalada sin la pasta.





o Feta y piñones

Ingredientes para 6 personas:

150 g de espinacas frescas, 150 g de queso Feta, 50 g de piñones, 100 g de bacon en lonchas muy finas, 6 champiñones.

Vinagreta: 2 dientes de ajo, aceite de oliva Virgen Extra Ybarra y vinagre de Jerez Reserva Ybarra.

Modo de hacerlo:

1. Rehogar el bacon troceado y los piñones. Mezclarlo con las espinacas cortadas, el queso Feta en dados y los champiñones laminados.
2. Filetear los ajos, cubrirlos con aceite y calentarlos a fuego flojo hasta que estén crujientes y un poco dorados. Retirarlos y reservar el aceite.
3. Montar con varillas el aceite de los ajos con unas gotas de vinagre. Puede hacerse al baño María. Servir la ensalada con láminas de ajo confitados y un chorrito de vinagreta.

Conservación: Consumo inmediato. No mezclarlo ni aliñarlo hasta el momento de servir.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 10 min.

Dificultad: Principiantes.

CONSEJO YBARRA

Utilizar la mezcla de varios vinagres, balsámico de Módena y Manzana de Ybarra para darle un toque especial.



con panceta y romero

Ingredientes para 6 personas:

150 g de panceta, 1/2 k de patatas pequeñas, romero.

Modo de hacerlo:

Trocear la panceta y rehogarla en aceite. Añadir las patatas y dorarlas. Incorporar un vaso de agua y romero. Cocerlo hasta que la patata esté blanda. Salpimentarlo.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 5 minutos.

Tiempo de cocción: 15 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Tomarlo templado.



VERDURAS **YBARRA**

De la huerta a tu mesa

¿SABE DÓNDE COSECHAMOS NUESTRAS VERDURAS?

En Lodosa (Navarra), una de las mejores zonas productoras de verduras de nuestro país. Además, asesoramos a los agricultores, con los que tenemos acuerdos de compra de las cosechas de cada año, para lograr la máxima calidad y frescura.



¿CONSERVAN SU VALOR NUTRITIVO Y VITAMINAS?

Por supuesto: controlamos el correcto estado de las verduras a su llegada desde las huertas y cada variedad es sometida a un tratamiento térmico diferente que garantiza el mantenimiento de sus componentes nutritivos y vitamínicos, así como su textura y sabor característicos.



¿CUÁLES SON LAS VENTAJAS DE LAS VERDURAS EN CONSERVA?

- Posibilidad de disfrutar cualquier tipo de verdura durante todo el año.
- Ahorro en el tiempo de preparación.
- Es más cómodo almacenar tarros en la despensa.
- Y con los mismos nutrientes que las verduras frescas.

LAS VERDURAS DE



Judías verdes, 3 verduras, acelgas, alcachofas, apio, remolacha, zanahoria rallada, borraja, brócoli, brotes de ajo verdes, brotes de soja, cardo, coliflor, ensalada mediterránea, espinacas, habitas fritas, judías verdes con patatas, macedonia de verduras, menestra de verduras, patata entera, pencas de acelga y puerros.



LO MEJOR PARA UNA DIETA EQUILIBRADA

¿QUÉ APORTA CADA VERDURA?

- **ACELGAS:** vitaminas, sales minerales y fibra.
- **ALCACHOFAS Y PUERROS:** potasio, fibra y ácido fólico, es importante en el embarazo y la lactancia.
- **BORRAJA:** magnesio, antidepresivo natural.
- **BRÓCOLI:** vitamina C, pro-vitamina A, ácido fólico, hierro, potasio, selenio e indol-3 carbinol, emulsionante estrogénico protector del cáncer de mama.
- **BROTES DE SOJA:** proteínas y fibra. Además, mejora las capacidades intelectuales, provoca un proceso de rejuvenecimiento, tiene efecto sedante, alivia los estados de nerviosismo y reduce el colesterol y el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.
- **CARDO:** fibra y agua; al igual que la alcachofa regula la secreción biliar.
- **COLIFLOR:** vitamina C, potasio y fósforo.
- **JUDÍAS VERDES:** fósforo, potasio, yodo y magnesio.
- **REMOLACHA:** hierro, potasio, calcio, magnesio, vitamina C, ácido fólico y betacarotenos, inhibe el desarrollo de tumores, especialmente los del pulmón y piel.
- **COL, BRÓCOLI, COLIFLOR Y COLES DE BRUSELAS:** tienen un reconocido efecto anticancerígeno, siendo muy beneficiosas frente al cáncer de mama.
- La clorofila, presente en todas las verduras verdes, es beneficiosa como antibactericida, antiinflamatorio del colon y cicatrizante de úlceras digestivas.



ASÍ COCINAMOS EN LA HACIENDA DE YBARRA

- Se escaldan con vapor a temperaturas superiores a 97°C y durante períodos de tiempo muy cortos (3-6 minutos). Así mejora su flexibilidad, se evita la oxidación y se mantienen las vitaminas liposolubles (A, D, E y K) e hidrosolubles (B1, B2 y C).
- El proceso final de cocción se realiza cuando las verduras están herméticamente cerradas dentro del tarro, con agua y sal a 115°C, de esta manera las vitaminas y minerales permanecen en su líquido.

Utiliza el líquido del tarro en la preparación de las verduras, podrás recuperar las vitaminas que en el proceso de cocción pasaron a formar parte de él.



Ingredientes para 4 personas:

300 g de hojaldre congelado, 250 g de queso cremoso a las finas hierbas, 1 tarro de tomatitos cherry, 1 lata de pimientos de piquillo, 1 huevo.

Modo de hacerlo:

1. Estirar el hojaldre con ayuda de un rodillo en forma rectangular. Untar el centro con el queso y dejar un borde de 1 cm.
2. Cubrirlo con los pimientos, pintar los bordes con huevo batido, hornearlo a 180 °C 30 min. aprox. y a mitad de cocción, añadir los tomatitos cherry. Decorarlo con cebollino.

Conservación: 1 día en nevera.

Tiempo de elaboración: 10 minutos.

Tiempo de cocción: 35 minutos.

Dificultad: Principiantes.

CONSEJO YBARRA

Cambiar los tomates cherry por una lata de tomate frito con cebolla de Ybarra. Servirlo con atún.





Ingredientes para 6 personas:

300 g de coliflor, 50 g (1 taza colmada de café) de harina, 50 g de mantequilla, 1/4 l (1 vaso de agua) de leche, 3 yemas, 3 claras, 75 g de queso Gruyère rallado.

Modo de hacerlo:

1. Separar la coliflor en ramilletes y cocerla en agua con sal hasta que esté blanda. Escurrirla.

2. **Bechamel:** Derretir la mantequilla en una cacerola, añadir fuera del fuego la harina, revolverlo bien, volverlo al fuego y cocerlo unos minutos sin que tome color. Verter la leche moviendo con varillas hasta que quede lisa y brillante. Mezclarlo con la coliflor cocida y la mitad del queso. Por último, añadir las yemas y las claras a punto de nieve.

3. Engrasar moldes individuales y espolvorearlos con pan rallado. Rellenarlos con la masa soufflé. Espolvorearlos con el resto del queso. Cocerlos en horno precalentado a 200°C, 12 minutos aprox. Servirlo inmediatamente.

Conservación: Congelar la masa sin hornear.

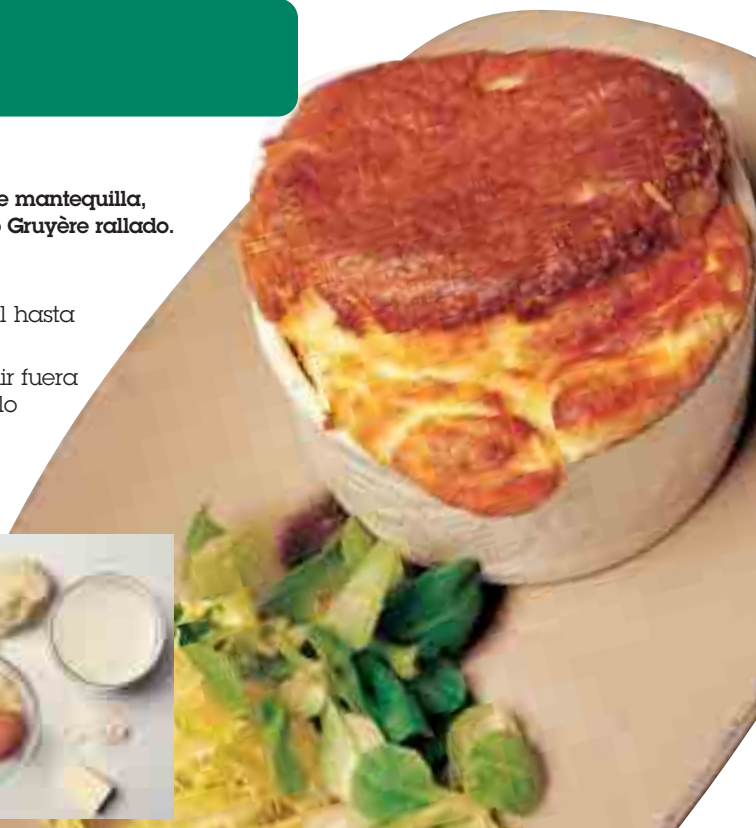
Tiempo de elaboración: 30 min.

Tiempo de cocción: 45 minutos.

Dificultad: Principiantes.

CONSEJO YBARRA

Utilizar un tarro de coliflor ya cocida de La Hacienda de Ybarra y acompañarlo con tomate frito o mayonesa 100% aceite de oliva de Ybarra.



Verduras fritas

Ingredientes para 4 personas:

1 calabacín, 1 pimiento rojo, 1 pimiento amarillo, 1 pimiento verde, 2 cebollas, 2 tomates, sal, 200 g de anchoas en salazón. **Vinagreta:** 1 cucharada de mostaza en grano, 1 cucharada de miel, aceite de oliva virgen extra de Ybarra.

Modo de hacerlo:

1. Cortar el calabacín con piel en lonchas, los pimientos en tiras y las cebollas y tomates en rodajas.
2. Asar el calabacín a 180 °C (18 min. aprox.) con un chorrito de aceite y sal. Freír en aceite los pimientos y las cebollas, dejando el tomate para el final.
3. **Vinagreta:** Mezclar la mostaza con la miel y montarla con el aceite. Preparar las anchoas en salazón lavándolas bajo el chorro de agua fría para desalarlas. Abrirlas por la mitad y retirarles la espina. Dejarlas macerar en aceite con un poco de ajo durante 3 horas. Servir las verduras con las anchoas y la vinagreta por encima.

Conservación: 1 semana en nevera.

Tiempo de elaboración: 15 minutos.

Tiempo de cocción: 30 minutos.

Dificultad: Principiantes.

CONSEJO YBARRA

Sustituir todas las verduras por un tarro de judías verdes o menestra de la Hacienda de Ybarra.





- Bacalao con cebollas y patatas.
- Bogavante con gazpacho.
- Flan de trucha.
- Sardinias en *papillote*.
- *Ravioli* de changurro.
- Anchoas al vino blanco.
- Mejillones a la marinera.
- Mejillones al vapor con dos salsas.
- Lubina con salsa de albahaca.
- Trucha asalmonada.
- Sardinias en *papillote*.
- Crêpes rellenos de marisco.

Pescado



a y patatas

Ingredientes para 6 personas:

3-4 lomos de bacalao desalado, 2 patatas, 2 cebollas, 2 dientes de ajo, 50 g de mantequilla, 50 (1 taza colmada) de harina, 1/2 l (2 vasos de agua) de leche, 200 g (1 vaso de agua escaso) de tomate frito, 100 g de queso rallado, aceite de oliva sabor suave Ybarra.

Modo de hacerlo:

1. Pelar y laminar las patatas como para tortilla. Cortar la cebolla muy fina y picar el ajo. Colocar en una fuente de horno, salpimentarlo y cubrirlo con aceite. Hornearlo a 180 °C hasta que queden blandas.
2. Preparar una bechamel con la harina, la mantequilla y la leche. Dorar el bacalao en aceite de oliva muy despacio.
3. Para montarlo, poner en una fuente una base de salsa de tomate, las patatas con las cebollas y el bacalao. Taparlo con la bechamel y espolvorearlo de queso. Gratinarlo y servirlo.

Conservación: 3-4 días en nevera. Calentarlo en el microondas.

Tiempo de elaboración: 25 min.

Tiempo de cocción: 45 min.

Dificultad: Principiantes.



CONSEJO YBARRA

Añadir un tarro de tomate frito o pisto de Ybarra.



azpacho

Ingredientes para 6 personas:

Para el gazpacho: 150 g de mayonesa, 1 dl y 1/2 de nata líquida, 1 dl y 1/2 de aceite de albahaca.

Picadillo: 150 g de pimientos rojos, 150 g de pepino, 150 g de pimientos verdes, 150 g de tomate rojo, media cebollita tierna, 1 cebollino, 3 k de bogavante.

Guarnición: 1 manojo de perifollo, 100 g de pepino, 1 bandeja de tomates *cherry*, 50 g de pimientos de Padrón, 1 chapatita de 100 g, 1 cebollita tierna.

Sopa: 390 g de pimientos rojos, 380 g de pepino, 30 g de ajo, 2 k de tomate rojo, 3/4 l de agua, 1 cebollita tierna, 38 g de piñones.

Modo de hacerlo:

Hervir el bogavante en agua sin sal, enfriarlo en agua con hielo y sal, y limpiar la cola, pinzas, antebrazos y coral. Conservar el agua de hervir.

Gazpacho: Pelar y desepitar los tomates, cocer la cebolla 2 min. Hervir en agua 3 veces el ajo. Limpiar los pimientos de semillas. Pelar el pepino, desepitarlo y dejarlo con sal 10 min. Lavarlo. Dejar en la nevera toda la verdura con el agua del bogavante y piñones 12 h. Batirlo, colarlo, añadir la mayonesa, coral y nata montada. Sazonar con sal, vinagre y aceite de albahaca.

Guarnición: Tostar el pan y frotarle albahaca. Pelar los tomates, cortar en dados el pimiento, el pepino, y la cebolla hervida. Mezclarlo con aceite para darle forma de albóndiga. Montar el plato con bogavante, las verduras y la tostada. Servirlo con el gazpacho.



Conservación: Tomarlo en el día.

Tiempo de elaboración: 1 hora.

Tiempo de cocción: 13 horas, con nevera.

Dificultad: Con mucha experiencia.

illote con compota de tomate

Ingredientes para 4 personas:

12 sardinas limpias, sal, aceite de oliva Virgen Extra Ybarra. **Compota de tomate:** 500 g de tomates rojos *concassé* (cortados por el centro y vaciados), 2 cucharadas de ketchup, 1/2 dl de vinagre, azúcar, Tabasco, 1dl de aceite de oliva Ybarra.

Virutas de patata: 2 patatas, aceite de oliva, sal.

Modo de hacerlo:

1. Salar las sardinas, regarlas con un chorrito de aceite y envolverlas de una en una en papel de aluminio. Hornearlas a 200 °C 3 min.

2. **Compota de tomate:** Rehogar el tomate hasta que pierda el agua. Añadir el resto de los ingredientes y tritarlo. **Virutas de patata:** Pelar las patatas y cortarlas con un pelador en láminas muy finas. Meterlas en agua fría para que pierdan el almidón, freírlas en abundante aceite hasta que se doren, escurrirlas en papel absorbente y salarlas. Presentarlo todo junto.

Conservación: Tomarlas recién hechas.

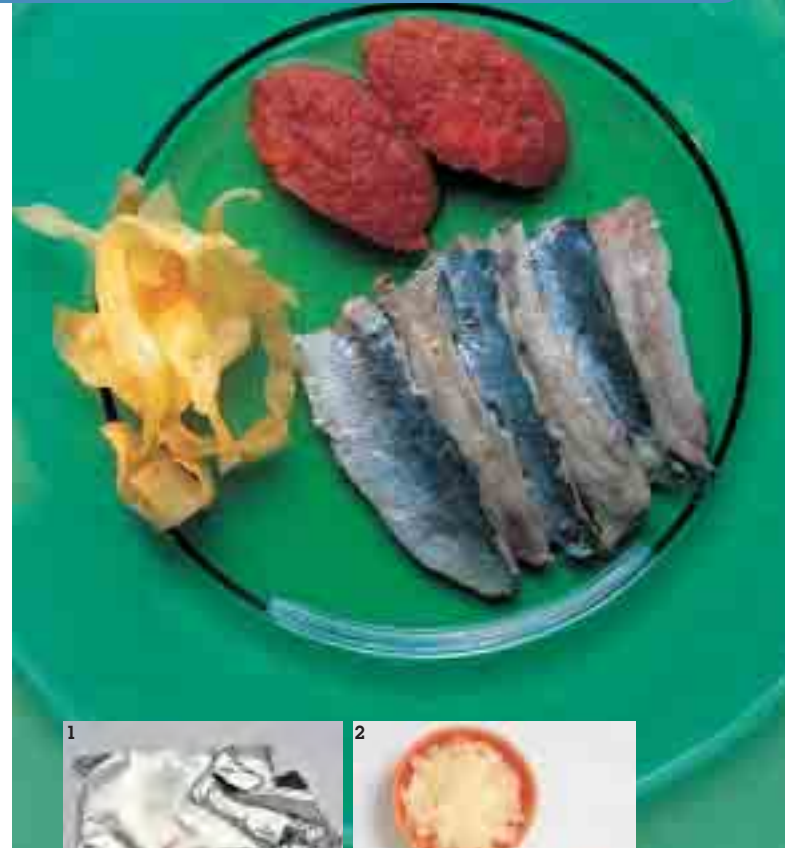
Tiempo de elaboración: 15 minutos.

Tiempo de cocción: 10 minutos.

Dificultad: Principiantes.

CONSEJO YBARRA

Sustituir la compota de tomate por un sofrito al aceite de Oliva Ybarra.



Ingredientes para 6 personas:

24 anchoas frescas limpias o boquerones,
3 dientes de ajo, 2 guindillas de cayena
(opcional), 1 vaso (de vino) de aceite de oliva
Virgen Extra Ybarra, 1 copa de vino blanco,
1 vaso (de agua) de caldo de pescado, perejil.

Modo de hacerlo:

1. En cazuela de barro, dorar la cayena y los ajos laminados sin que se quemen. Añadir las anchoas y freírlas a fuego moderado.

2. Incorporar el vino blanco y dejarlo hervir para que se evapore el alcohol. Mover la cazuela con movimientos concéntricos. Por último, añadir el caldo de pescado y dejarlo cocer unos 3 minutos.

3. Freír el perejil en abundante aceite, sin que llegue a quemarse. Retirarlo y escurrirlo sobre papel absorbente. Servir las anchoas con el perejil frito como guarnición.

Conservación: Tomarlo recién hecho.

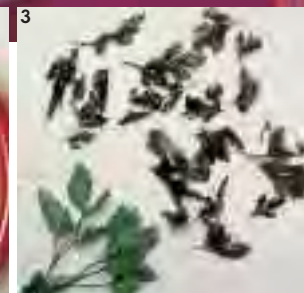
Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 15 min.

Dificultad: Principiantes.

CONSEJO YBARRA

Servirlos sobre una ensalada
Mediterránea de La Hacienda Ybarra
aliñada con vinagreta.



Ingredientes para 4 personas:

2 k de mejillones, 1 cebolla, 1 cucharada de perejil, 2 dientes de ajo, 1 pimiento rojo o verde muy picado, 1 tomate, 1 dl de aceite, sal, pimienta y un pellizco (6 hebras) de azafrán.

Modo de hacerlo:

Abrir los mejillones en agua con sal. Aparte, freír la cebolla picada, añadir el ajo picado, el pimiento y el tomate en dados. Cocerlo 5 minutos. Echar el

azafrán y los mejillones. Darles un hervor.

Conservación:

2 días en nevera.

Tiempo de elaboración:

15 minutos.

Tiempo de cocción:

25 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Hacerlo con almejas.



* Mejillones al vapor con dos salsas

Ingredientes para 4 personas:

2 k de mejillones, 2 hojas de laurel, sal.

Modo de hacerlo:

En una cazuela, abrir los mejillones con el laurel, taparlo en su propia agua.

Salsas para acompañar:

Salsa de hierbas: 1 taza de mayonesa, 1/2 yogur natural y 6 cucharadas de hierbas (perejil, eneldo, cebolleta). Mezclar bien todos los ingredientes.

Salsa tártara: Una mayonesa preparada con 3 yemas duras, 1 cucharadita de mostaza, 3 dl de aceite, sal y pimienta,

2 pepinillos, 1 cucharada de alcaparras, 1 cucharada de cebolleta picada, perejil y 1 dl de nata líquida. Picar las yemas, añadir poco a poco el aceite e incorporar los demás ingredientes.

Conservación:

Tomarlo en el día.

Tiempo de elaboración:

10 minutos.

Tiempo de cocción:

10 minutos.

Dificultad: Principiantes.



de albahaca

Ingredientes para 6 personas:

3 lubinas pequeñas, sal y pimienta, 1 rebanada de pan frito, 2 dientes de ajo, perejil, albahaca fresca. **Guarnición:** 6 hojas de pasta brick, 150 g de queso *Ricotta*, 2 tomates, albahaca. **Salsa:** 2 dl y 1/2 (1 vaso de agua) de *fumet* (caldo de pescado concentrado, 2 yemas, 1 dl y 1/2 (1 vaso de vino) de nata líquida, albahaca picada.

Modo de hacerlo:

- 1. Majado:** Pelar los ajos y picarlos con perejil y la albahaca. Machacarlo en un mortero con el pan frito.
- 2.** Limpiar la lubina, separar los lomos y colocarlos en una bandeja de horno. Salar, cubrir cada lomo con el majado y hornearlo a 180 °C, 10 min.
- 3. Salsa:** Poner en un cazo el *fumet*, la nata, las yemas y al albahaca picada. cocerlo sin que hierva hasta que tome consistencia.
- 4. Guarnición:** Pelar y trocear el tomate. Picar la albahaca y el queso *Ricotta*. Salpimentarlo. Extender las hojas de brick y colocar en el centro un poco de la mezcla del queso, tomate y albahaca.
- 5.** Cerrarlo en forma de saco con ayuda de un hilo de bramante que no se abra.
- 6.** Pintar los sacos con mantequilla fundida y hornearlos a 180 °C hasta que se doren.

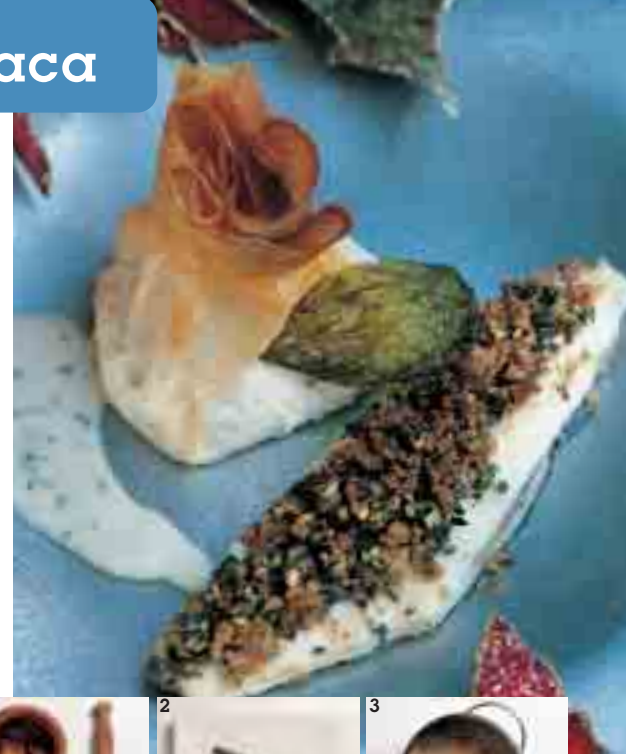
Conservación: Tomarlo recién hecho.

Tiempo de elaboración: 30 minutos.

Tiempo de cocción: 30 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Hacerlo con lomos enteros.



Ingredientes para 6 personas:

Masa de crêpes: 1 taza (de té) de leche, 2 huevos, 1 taza (de té) de harina, una pizca de sal, una cucharada de mantequilla derretida.

Relleno: 250 g de rape, 250 g de gambas arroceras, 300 g de chirlas, 1 cebolla mediana. **Salsa:** 25 g de mantequilla, 25 g (2 cucharadas soperas) de harina, 2 dl y 1/2 (1 vaso de agua) de caldo de pescado, sal, pimienta. **Para el caldo de pescado:** Las espinas del rape, cáscaras de las gambas, 1 puerro, 1 hoja de laurel.

Modo de hacerlo:

1. Pelar las gambas del relleno, reservar los cuerpos y hacer un caldo poniendo en una cacerola las espinas del rape, las cáscaras de gambas, un trozo de puerro y la hoja de laurel. Cubrirlo con agua y cocerlo 30 min. aprox. Colarlo. **2.** Preparar una salsa *veloute* (una bechamel realizada con caldo de leche): Derretir la mantequilla en un cazo, añadir la harina y cocerla unos minutos. Verter el caldo de pescado anterior y batir continuamente con varillas para que no queden grumos. Cocerlo 10 min. aprox. hasta que esté brillante, sin que llegue a tomar color. Salpimentarlo. **3.** Trocear el rape y los cuerpos de las gambas. Limpiar de arena las chirlas, abrirlas al vapor en el microondas y retirarles la concha. Picar la cebolla y estofarla lentamente. **4.** Añadir el rape, las gambas por último las chirlas. Rehogarlo todo junto. Añadir

al relleno unas cucharadas de salsa *veloute* para que quede más jugoso. **5.** Batir con varillas los huevos, la sal y la mantequilla. Añadir la harina y moverlo bien hasta que quede una masa lisa. Añadir la leche poco a poco sin dejar de mover. Dejarlo reposar 1/2 h. **6.** Hacer las crêpes: engrasar una sartén, añadir una cucharada de masa, extenderla por el fondo y dejarla que cuaje. Darle la vuelta, retirarla e ir colocándolas sobre un plato aparte. Rellenar los crêpes con el relleno y cerrarlas en forma de rollito. Presentarlas con la salsa.

Conservación: 3 días en nevera. Puede congelarse.

Tiempo de elaboración: 30 min.

Tiempo de cocción: 1 hora.

Dificultad: Con algo de experiencia.

Nuestro truco: Hacerlo dos días antes y dejarlas cubiertas con la salsa. Calentarlas en el horno a 100 °C o en el microondas siempre tapadas.







- Pastel de carne.
- Pintada con setas.
- Hamburguesas de cordero.
- Blanqueta de pularda.
- Albondigón en salsa.

- Brochetas de pollo con salsa de yogur.
- Pastela de pollo.
- Pollo crujiente con aguacate.
- Conejo al ajillo.
- Pichón asado con manzanas.
- *Tournedos* a las uvas.
- Cazuelitas de ave.
- Morcillo estofado.
- Perdiz con alubias.
- Solomillo de cerdo agri dulce.
- Pollo al chilindrón.
- Capón relleno.

Aves y carnes



Ingredientes para 6 personas:

Masa: 1/2 k (4 vasos de agua y un tercio) de harina, 2 huevos, 2 cucharadas de azúcar, 1 tacita de aceite de oliva sabor suave Ybarra, 1 nuez de levadura prensada, sal, 1 vaso de agua templada. **Relleno:** 3/4 k de carne de ternera, para estofar en trozos, 2 cebollas, 1/2 k de zanahorias, 1 diente de ajo, 1 vaso (de vino) de vino blanco, 1/2 l (2 vasos de agua) de caldo de carne, sal, pimienta, harina y perejil.

Modo de hacerlo:

1. Salpimentar la carne y pasarla por harina. Dorarla en aceite y retirarla. Incorporar la cebolla en trozos, la zanahoria en rodajas y el ajo picado. Estofarlo hasta que la cebolla se dore. Añadir el vino y el caldo. Incorporar la carne y cocerla a fuego lento 1 hora aprox. Espolvorearlo de perejil picado.

2. **Masa:** Disponer la harina en volcán y colocar en el centro el resto de ingredientes. Mezclar los líquidos e incorporar la harina. Amasar hasta conseguir una masa más bien blanda. Dejarla levar 20 ó 30 minutos.

3. Estirar la masa y forrar un molde redondo. Rellenarlo con la carne y cubrirlo con más masa. Hornearlo a 180 °C, 30 min. aprox. Desmoldarlo y servirlo.

Conservación: Congela bien.

Tiempo de elaboración: 30 min.

Tiempo de cocción: 1h. y 30 min.

Dificultad: Principiantes.

CONSEJO YBARRA

Sustituir las verduras por un tarro de macedonia o menestra de La Hacienda Ybarra, para ahorrar tiempo.



Ingredientes para 4 personas:

2 muslos y dos pechugas de pintada, 500 g de setas, 200 g de lechugas variadas, 1 cucharada de vinagre balsámico, 1 cucharadita de mostaza, aceite de oliva, perejil, sal y pimienta.

Modo de hacerlo:

Calentar en una sartén un poco de aceite y agregar los trozos de pintada salpimentados. Taparlo y cocerlo 20 min. a fuego lento dándole la vuelta de vez en cuando. Retirar la pintada y dejarla enfriar. Limpiar las setas y cortarlas, cocerlas en la misma sartén a fuego fuerte hasta que se doren ligeramente. Quitar la piel y huesos a la pintada y cortarla en lonchas. Agregar las hojas de lechuga limpias y secas, en un bol mezclar la mostaza, el vinagre, sal, pimienta y 4 cucharadas de aceite. Batir para que se emulsione. Aliñar la pintada y la ensalada con esta salsa. Espolvorearlo de perejil.

Conservación: La pintada 3 días en nevera. Puede congelarse.

Tiempo de elaboración: 15 minutos.

Tiempo de cocción: 20 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Servirla templada y adornada con tomates *cherry*.





ordero con berenjenas

Ingredientes para 4 personas:

500 g de carne de cordero picada, 1 cebolla, 2 dientes de ajo, menta fresca, comino, sésamo, un pellizco de sal, aceite de oliva sabor suave Ybarra. **Berenjenas rebozadas:** 2 berenjenas, 1 huevo, 1/2 l de agua muy fría, 250 g de harina y sal, aceite de oliva Virgen Extra Ybarra.

Modo de hacerlo:

1. Tostar en una sartén el sésamo y el comino. Mezclarlo con la sal y dorar en aceite la cebolla muy picada y el ajo. Añadir lo anterior. Incorporar la menta picada con la cebolla y la carne. Salpimentarlo. Formar las hamburguesas y hacerlas a la plancha hasta que se doren.

2. Berenjenas: Cortar las berenjenas en cuartos y a lo largo y laminar la parte de la piel como en un abanico. Batir el huevo con el agua helada; añadir la harina y la sal. Sumergir los trozos de berenjena en la mezcla y freírlos en aceite.

Conservación: Sin freír, pueden congelarse.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 10 min.

Dificultad: Principiantes.



1



2



CONSEJO YBARRA

Acompañarlo con una mezcla de remolacha rallada y zanahoria rallada de La Hacienda Ybarra.

Pularda con arroz salvaje

Ingredientes para 6 personas:

2 pechugas de pularda en trozos, 1 cebolla, 6 cebollitas francesas, zanahorias *baby*, 1 diente de ajo, 1/4 l de caldo de ave, 1/4 l de nata líquida, Jerez seco.

Para la guarnición: 200 g de arroz de grano largo, 50 g de arroz salvaje.

Modo de hacerlo:

Sazonar las pechugas, enharinarlas y dorarlas. Rehogar la cebolla troceada, el ajo troceado, las cebollitas peladas y las zanahorias. Añadir el vino de Jerez y dejarlo reducir. Añadir el caldo y la nata y cocerlo con las pechugas 20 minutos aproximadamente. Cocer aparte el arroz en agua con sal. Añadir en el último momento el arroz para acompañar la blanqueta.

Conservación: Congela bien.
2 días en nevera.

Tiempo de elaboración: 20 min.

Tiempo de cocción: 45 min.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: El arroz salvaje conviene rebajarlo para que no quede muy áspero.



Ingredientes para 6 personas:

1 kg de carne picada (3/4 añojo y 1/4 de cerdo), 2 huevos, 1 sobre de crema de cebolla, 1/2 vaso (de vino) de Jerez, 1 rebanada de pan, 100 g (una taza de moka) de leche, ajo, perejil, sal, pimienta, nuez moscada y harina para rebozar, aceite de oliva sabor suave Ybarra **Salsa:** 3 cebollas medianas, 1 zanahoria, 3 dientes de ajo, 1 tomate sin piel ni pepitas, 6 dl (2 vasos de agua y 1/2) de caldo de carne tostado, 1 dl y 1/2 (1 vaso de vino) de vino blanco.

Modo de hacerlo:

1. Empapar en la leche el pan. Mezclar todos los ingredientes. Salpimentarlo y echar un pellizco de nuez moscada. Formar un rulo grande con la mezcla, enharinarlo y dorarlo.

2. En una cacerola poner una base de las verduras de la salsa troceadas y cubrirlo con el albondigón. Taparlo y cocerlo 20 min. Añadir los líquidos y cocerlo destapado otros 30 min.

3. Guarnición: Pimientos del piquillo verdes:

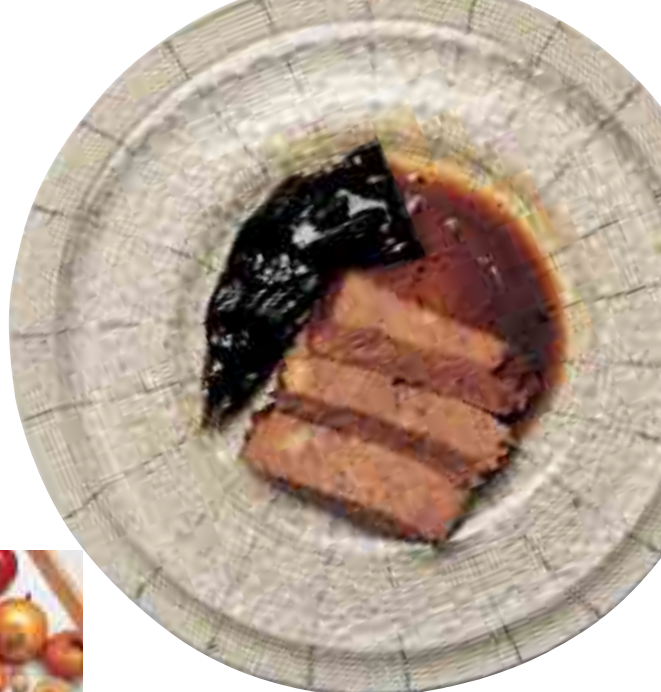
En una cacerola, poner un bote de pimientos del piquillo verdes con su propio jugo y 150 g (1 vaso de vino) de azúcar moreno. Cocerlo a fuego lento hasta que se evapore el líquido y se caramelicen.

Conservación: Hacerlo el día anterior. Congela bien. En nevera 2-3 días

Tiempo de elaboración: 15 min.

Tiempo de cocción: 60 min.

Dificultad: Principiantes.



CONSEJO YBARRA

Utilizar como base la Macedonia de verduras al Natural de Ybarra.



Pollo con salsa de yogur

Ingredientes para 4 personas:

2 pechugas enteras, aceite de oliva. **Marinada:** 2 dientes de ajo, 1 lima o limón, cilantro, 2 cucharadas de aceite, sal y pimienta. **Salsa:** 250 g de yogur, 1 pepino pequeño, 2 ramitas de cilantro.

Modo de hacerlo:

Cortar en trozos las pechugas, colocarlas en un cuenco, rallar por encima la piel de la lima y el zumo exprimido, añadir el cilantro picado, los ajos pelados y aplastados, 2 cucharadas de aceite, sal y pimienta. Mezclarlo bien y dejarlo marinar 30 min. aprox. Pinchar los trozos en una brocheta, rociarlos con aceite y hacerlo en la parrilla o en el horno con el gratinador. **Salsa:** Triturar el pepino una vez pelado y sin semillas. Batir el yogur, salarlo e incorporar el pepino y el cilantro picado. Servirlo con el pollo.

Conservación: Tomarlo en el día.

Tiempo de elaboración: 15 minutos.

Tiempo de cocción: 30 minutos de marinado y 10 de horno.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Dorar el pollo sin brocheta en la sartén o en el wok, en un poco de aceite a fuego vivo.





Ingredientes para 6 personas:

1 pollo grande, 1 k de cebollas, 6 huevos, 1 manojo grande de perejil, 250 g de almendras picadas, 1 cucharada sopera de jengibre molido, 1 cucharada sopera de pimienta blanca molida, agua de azahar, azúcar, aceite de oliva, colorante, hebras de azafrán, azúcar glas y canela para la decoración, 7 láminas de masa brick.

Modo de hacerlo:

Cortar el pollo en trozos grandes y cocerlo con abundante sal gorda y agua. Colarlo. Poner en una olla el jengibre, la pimienta, el colorante, azafrán, sal y un cucharón de aceite de oliva. Cortar y pelar las cebollas, añadir el pollo, quitar los rabos al perejil, picarlo y añadirlo. Ponerlo al fuego, darle una vuelta, taparlo y dejarlo que se haga en su jugo hasta que esté blando. Trocear y quitar huesos y pieles al pollo. Batir los huevos, mezclarlos con cebollas y especias y calentarlo hasta que cuaje. Colarlo y reservar el jugo. Picar las almendras, añadir un poco de agua de azahar y algo de canela. Untar un molde desmontable con el jugo que han soltado, cubrirlo con dos hojas de masa brick untadas con el jugo por los dos lados. Poner 3 hojas por los laterales. Rellenar primero con una capa de cebolla, luego con pollo y luego almendra, cerrar las hojas untándolas siempre bien con jugo. Cubrirlo con dos hojas bien untadas y cocerlo en horno precalentado a 180 °C 30 min. Darle la vuelta. Desmoldarlo y hacer un dibujo con azúcar glas y canela.



Conservación: 2 días en nevera.

Tiempo de elaboración: 20 minutos.

Tiempo de cocción: 1 hora.

Dificultad: Con algo de experiencia.

Nuestro truco: Cambiar las almendras por piñones.

Con crema de aguacate

Ingredientes para 4 personas:

4 filetes de pollo gorditos con piel, 6 cucharadas de polenta (sémola), harina, 1 huevo, 1 cebolleta. **Crema de aguacate:** 100 g de maíz cocido dulce, 1 cebollita francesa picada, 1/4 diente de ajo picado, 1 aguacate pelado y troceado, el zumo de 1 limón, sal, pimienta y aceite de oliva.

Modo de hacerlo:

1. Salpimentar las pechugas, espolvorearlas con harina, pasarlas por huevo batido y rebozarlas con polenta. Enfriarlas en la nevera para endurecer la costra. Freírlas lentamente hasta dorar la superficie.
2. **Crema de aguacate:** Triturar el maíz. Añadir el resto de los ingredientes y volver a triturarlo todo junto. Salpimentarlo. Servir las pechugas con la crema de aguacate y la cebolleta picada muy finamente.

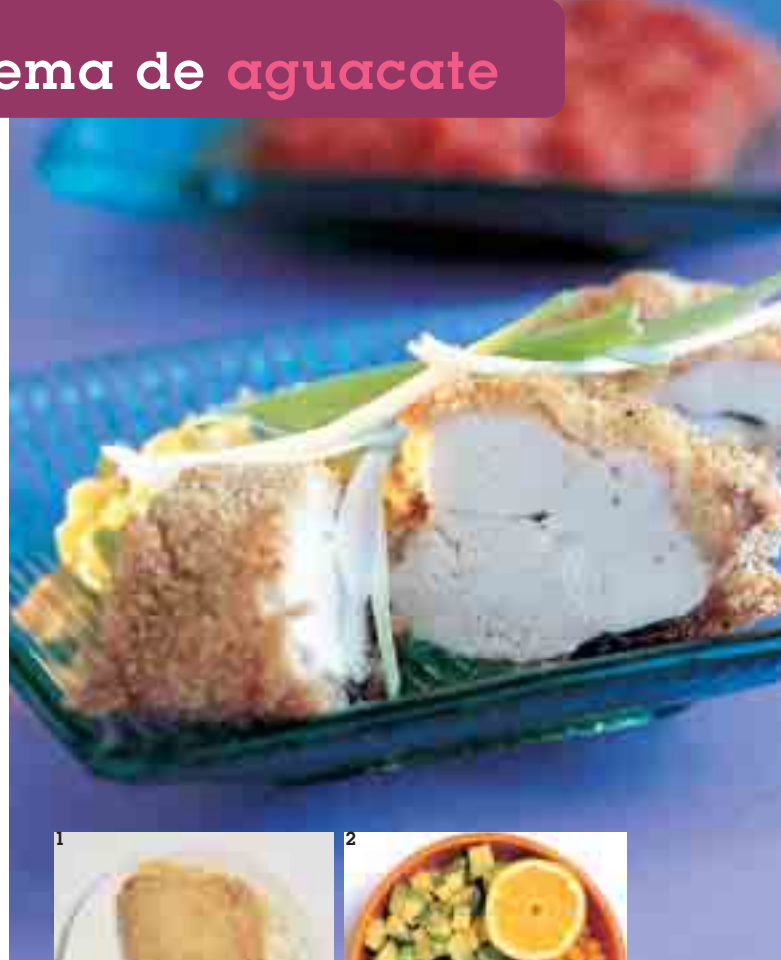
Conservación: Pueden congelarse sin freír.

Tiempo de elaboración: 15 minutos.

Dificultad: Principiantes.

CONSEJO YBARRA

Acompañarlo con salsa Gaucha, Barbacoa o Curry de Ybarra.





frutos secos

Ingredientes para 6 personas:

2 conejos pequeños troceados, 1 cabeza de ajo, 1 vaso (de vino) de aceite de oliva, 1 copita de vino blanco, 50 g de piñones, 50 g de nueces peladas, 50 g de almendra fileteada, sal y pimienta. **Compota:** 1 k de ciruelas sin hueso, 100 g de mantequilla, 1/2 dl (1/2 taza de café) de nata (opcional), 50 g (2 cucharadas soperas colmadas) de azúcar, romero fresco.

Modo de hacerlo:

1. Calentar el aceite en una cazuela, cuando esté templado añadir la cabeza de ajo entera y dejarla 30 min. aprox. Colar el aceite y reservar los ajos. Freír el conejo en el aceite de ajos, cuando esté dorado y crujiente, incorporar el vino blanco.

2. Pelar las ciruelas, deshuesarlas y trocearlas. Cocerlas con la mantequilla y el azúcar hasta que estén casi deshechas. Triturarlas y mezclarlas con la nata (opcional).

3. En una sartén, dorar los dientes de ajo enteros, añadir los piñones, las almendras y las nueces y saltearlos hasta que cojan color. En el último momento agregar el conejo y cocerlo todo junto unos minutos. Servir el conejo con el sofrito de ajos y frutos secos y la compota como guarnición. Decorarlo con romero.

Conservación: 2 días en la nevera. Congela bien tanto el plato como la guarnición.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 30 min.

Dificultad: Principiantes.



Nuestro truco: Hacer la compota de ciruelas en el microondas a potencia máxima 10 min.



Ingredientes para 4 personas:

4 pichones, 1 cebolla, 1 diente de ajo,
1 dl y 1/2 de vino tinto, 2 manzanas verdes,
2 cucharadas de aceite de oliva, sal y pimienta.
Mezcla de especias: 1 rama de canela, 2 clavos,
2 estrellas de anís, una pizca de cayena.

Modo de hacerlo:

Salpimentar los pichones, atarlos y dorarlos en aceite. Rehogar la cebolla picada en una cazuela con una cucharada de aceite. Añadir el ajo picado, la mezcla de especias., el vino y los pichones. Tapar la cazuela y cocerlo a fuego lento 40 min. dando la vuelta a los pichones de vez en cuando. Lavar y vaciar las manzanas, cortarlas en láminas de 1/2 cm de grosor, dorarlas en una sartén con aceite. Cuando se cuezan los pichones, sacarlos, quitarles el hilo y servirlos acompañados de las manzanas y la salsa.

Conservación: 2 días en nevera. Pueden congelarse.

Tiempo de elaboración: 20 minutos.

Tiempo de cocción: 50 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Envolver los pichones en lonchas de bacon antes de atarlos y rehogarlos en mantequilla.





as con guarnición

Ingredientes para 6 personas:

6 *tournedos*, 1 vaso (de vino) de Moscatel, 1 vaso (de vino) de zumo de uvas, 1 vaso (de agua) de caldo de ave, 1 racimo de uvas, 1 vaso (de vino) de nata, sal y pimienta.

Bolitas de patata: 1 sobre de copos de puré de patata, leche, 1 huevo, almendra en granillo.

Modo de hacerlo:

1. Salpimentar los *tournedos* y hacerlos a la plancha en un poco de aceite de oliva por ambos lados. Retirarlos y reservarlos.

2. En la misma sartén añadir el moscatel y desglasarlo (raspar el fondo con espumadera y regar con una bebida alcohólica para que salga mejor). Incorporar el zumo de uva y el caldo. Dejarlo reducir. Añadir las uvas peladas y la nata. Salpimentarlo y cocerlo 8 min. aprox.

3. **Bolitas de patata y almendra:** Realizar un puré espeso siguiendo las instrucciones del envase. Introducirlo en manga pastelera y hacer bolitas. Pasarlas por huevo batido y rebozarlas en almendras picadas. Freírlas. Servir los *tournedos* fileteados con la salsa y las bolitas de patata.

Conservación: La salsa, 1 semana en nevera. Tomar la carne recién hecha.

Tiempo de elaboración: 15 min.

Tiempo de cocción: 15 min.

Dificultad: Principiantes.



CONSEJO YBARRA

Acompañarlos con los ramitos de coliflor o alchachofas al natural de La Hacienda Ybarra, rebozados y fritos en aceite de oliva.



Ingredientes para 4 personas:

50 g de mantequilla, 2 cucharadas de harina,
1/2 l de leche, 50 g de queso rallado,
250 g de pollo cocido.

Modo de hacerlo:

Picar el ave y ligarlo bien con 3 cucharadas de salsa.

Salsa Mornay: Derretir la mantequilla, añadir la harina, darle una vuelta y verter la leche caliente hasta hacer una bechamel. Antes de retirarla del fuego añadir la mitad del queso rallado. En cazuelas individuales poner un fondo de salsa, cubrirlo con unas cucharadas de picadillo de ave, terminar con salsa, espolvorearlo de queso y gratinarlo en el horno.

Conservación: 2 días en nevera. Puede congelarse.

Tiempo de elaboración: 20 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Aligerarlo con aceite y caldo en vez de leche.





Ingredientes para 6 personas:

1 kg y 1/2 de carne de morcillo, 2 cebollas, 2 zanahorias, 1 puerro, 2 dientes de ajo, 1 vaso de vino blanco u Oloroso, 3 dl (2 vasos de vino) de caldo de carne o 1 vaso de agua con una pastilla de caldo disuelta, laurel, sal, pimienta y aceite. **Guarnición:** 100 g de zanahorias baby, 200 g de cebollitas francesas, 100 g de mantequilla, 100 g (1 taza de moka) de azúcar.

Modo de hacerlo:

1. Salpimentar el morcillo. Freírlo en un poco de aceite caliente, cuando esté bien dorado retirarlo del fuego y reservarlo.
2. Rehogar en el aceite la cebolla, las zanahorias y el puerro, cortados en dados pequeños (*mirepoix*) hasta que cojan color y, por último, el ajo. Añadir el vino, dejarlo reducir unos minutos e incorporar el caldo y el laurel. Introducir el morcillo y cocerlo 1 h aprox. hasta que se deshaga. Retirar la carne del fuego, dejarla entibiar y deshacerla en hebras. Triturar las verduras (optativo).
3. Pelar las zanahorias y las cebollitas. Confitarlas por separado: Cubrir las con agua, añadir la mantequilla, sal, pimienta y azúcar. Cocerlas hasta que se reduzca el líquido y las verduras queden glaseadas. Servir la carne con sus guarniciones.

Conservación: Congela bien.
3 días en nevera.

Tiempo de elaboración: 15 min.

Tiempo de cocción: 1 h y 1/2.

Dificultad: Principiantes.



Nuestro truco: Si la salsa no ha quedado con un color bonito o la consistencia deseada, añadir un caramelo oscuro. Trocear la pieza para acortar el tiempo.



Ingredientes para 4 personas:

2 perdices, 300 g de judías blancas, 12 cebollitas francesas, 2 cucharadas de vinagre de manzana, 2 hojas de laurel, aceite, sal y pimienta.

Modo de hacerlo:

Poner a remojo las judías de víspera. Limpiar las perdices, salpimentarlas y dorarlas en una sartén con un poco de aceite. Reservarlas. En el mismo aceite dorar las cebollitas peladas. Aparte, en una olla, cocer las judías cubiertas de agua a fuego lento durante una hora con unas hojas de laurel, quitando de vez en cuando la espuma de la superficie. Añadir las perdices y las cebollitas y algo de líquido si ha quedado demasiado seco. Cocerlo a fuego lento 1 hora aprox. Salpimentarlo y antes de finalizar la cocción añadir el vinagre. Servir media perdiz por persona y acompañarlo con las judías.

Conservación: 2 días en nevera. Puede congelarse.

Tiempo de elaboración: 10 minutos.

Tiempo de cocción: 2 horas.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Acompañarlo de lombarda cocida. Freír la cebolla con 150 g de tocino.



Ingredientes para 4 personas:

2 solomillos de cerdo, 4 lonchas muy finas de tocino entreverado, 1 cebolla, 1 puerro, 1/2 cabeza de ajo, 1 zanahoria, 2 tomates, 1 cucharada de azúcar, 1/2 dl de vinagre de Jerez, 1/2 dl de licor de naranja, 2 dl de agua, aceite de oliva, sal y pimienta.

Modo de hacerlo:

Abrir con un cuchillo los solomillos a lo largo, salpimentarlos y colocar el tocino, enrollarlo y atarlo. Picar la cebolla, el puerro y la zanahoria, sofreírlos con un poco de aceite 10 minutos. Rallar el tomate. En una fuente de horno colocar los solomillos con el aceite y asarlos a 200 °C 10 minutos. Añadir el sofrito y la 1/2 cabeza de ajo con la piel. Continuar el asado a 180 °C 5 minutos más. Añadir el tomate rallado, remover los solomillos y las verduras, añadir el agua caliente y cocerlo 5 minutos más. **Salsa:** Hacer un caramelo con el azúcar y el vinagre. Añadir el licor y cocerlo lentamente. Una vez hechos los solomillos, retirarlos y unir las dos salsas (sin el ajo). Cocerlo 3 minutos, pasarlo por el chino y servirlo caliente. Acompañarlo de **flanes de manzana:** Untar moldes de para microondas con un poco de mantequilla y espolvorearlos de azúcar. Poner capas de gajos de manzana alternando con mantequilla y azúcar hasta llenar el molde. Hacerlos en microondas 3 minutos a velocidad máxima.



Conservación: Congela bien. 2 días en nevera.

Tiempo de elaboración: 20 minutos.

Tiempo de cocción: 40 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Servirlo con patatas paja.

Ingredientes para 6 personas:

1 pollo troceado de 1 k y 1/2, 2 cebollas,
1 pimiento rojo, 3 pimientos verdes,
salsa de tomate espesa, pimienta y sal.

Modo de hacerlo:

1. Dorar el pollo en aceite de oliva, retirarlo y reservarlo.
2. Pelar las cebollas y picarlas. Limpiar los pimientos y trocearlos. En el aceite de freír el pollo, estofar la cebolla y los pimientos. Agregar la salsa de tomate y salpimentarlo. Cocerlo a fuego lento 15 min.
3. Añadir los trozos de pollo y cocerlo a fuego lento otros 20 min. Servirlo caliente.

Conservación: Dos días en nevera. Congela bien.

Tiempo de elaboración: 15 min.

Tiempo de cocción: 35 minutos.

Dificultad: Principiantes.



CONSEJO YBARRA

Emplear tomate frito con cebolla o pisto de Ybarra. Hacer el pollo, previamente dorado, con las verduras en crudo en la olla exprés.



Ingredientes para 6 personas:

1 capón de 2,5 k. **Relleno:** 75 g de piñones tostados, 1 copita de brandy, 1-2 rebanadas de pan, 2 manzanas, 50 g de nueces, 50 g de ciruelas deshuesadas, 50 g de pasas, manteca de cerdo.

Salsa: 2 zanahorias, 1 puerro, 2 cebollas, 1/2 l (2 vasos de agua) de caldo de ave, 1 copa de Oporto, 2 dientes de ajo, sal y pimienta.

Guarnición: 1 lombarda pequeña, 2 manzanas golden o reinetas, 2 cucharadas de azúcar moreno.

Modo de hacerlo:

1. **Relleno:** Trocear el pan y remojarlo en brandy. Pelar y trocear la manzana. Mezclar todos los frutos secos con el pan y las manzanas. Rellenar el capón con esta mezcla y coserlo si fuera necesario.
2. Pelar las verduras y picarlas.
3. Colocar en la base de una pava las verduras troceadas y cubrirlas con el capón untado de manteca. Salpimentarlo.
4. Asarlo a 250 °C los primeros 30 minutos. Bajar la temperatura a 150 °C. Añadir el Oporto y dejar que se evapore ligeramente. Incorporar el caldo. Tapar la pava para evitar que se seque. Asarlo durante 1 hora más, rociándolo periódicamente con el jugo de cocción. Una vez hecho, retirarlo y dejarlo reposar antes de trincharlo.
5. Trinchar el capón separando las pechugas y los muslos.
6. Cortar la lombarda en tiras, darle una cocción en microondas, estofarla en una nuez de mantequilla y añadir las manzanas cortadas en dados. Rehogarlo todo junto hasta que se ablande. Añadir el azúcar moreno. Servirlo fileteado con la guarnición.

Conservación: Puede congelarse.

Tiempo de elaboración: 20 minutos.

Tiempo de cocción: 1 h y 1/2.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Sin pava, cubrirlo con papel aluminio para que el vapor no se escape y quede más jugoso. Es importante hacerlo con antelación para facilitar el trinchado.







- Melocotones al vino blanco.
- Borrachos.
- Pasteles de almendra y piña.
- Leche merengada.
- Tarta de chocolate y frambuesa.
- *Cookies* de chocolate.
- Magdalenas de frutos rojos.
- *Brownies* de café.
- Bartolillos de manzana.
- Tronco de chocolate y castaña.
- Pastel de naranja al vapor.
- Pan perdido de canela.
- Dulce de cítricos.
- Tarta de frutas del bosque.

Postres



Ingredientes para 6 personas:

250 g (2 tazas de café) de harina,
20 g (1 cucharada) de azúcar, 1 sobre de levadura
de panadería, 1 dl (1 taza de café) de leche,
3 huevos, 125 g de mantequilla.

Almíbar: 1/4 l (1 vaso de agua) de agua,
200 g (2 tazas de café) de azúcar, 1 cucharada
de miel, 1/2 copita de aguardiente, grosellas.

Modo de hacerlo:

1. Mezclar la levadura con la leche tibia, el azúcar y algo de harina. Dejarlo levar. Fundir la mantequilla. Mezclar la harina con los huevos y la mantequilla fundida. Incorporar la levadura anterior.
2. Rellenar moldes individuales hasta la mitad con la masa. Hornearlos a 180 °C, 15-20 min.
3. Preparar un almíbar con el agua, el azúcar, la miel y el aguardiente. Empapar los bizcochos y dejarlos que se enfríen. Desmoldarlos.

Conservación: Congelarlos sin emborrachar.

Tiempo de elaboración: 20 min.

Tiempo de cocción: 35 min.

Dificultad: Principiantes.



Nuestro truco: Hornearlos en molde de empanada, emborracharlos, dejarlos enfriar y cortarlos en cuadrados.



Ingredientes para 6 personas:

Bizcocho: 6 huevos, 180 g de azúcar, 180 g de harina.

Relleno: 4 yogures de frutas del bosque, 150 g de leche condensada, 5 g de cola de pescado, 200 g de nata montada. Jalea de frambuesa y frutas para decorar.

Modo de hacerlo:

Bizcocho: Batir los huevos con el azúcar, incorporar poco a poco la harina tamizada, mezclándola con movimiento envolvente. Extenderlo sobre 2 bandejas de horno con papel de aluminio engrasado y espolvoreado de harina. Hornearlo a 180 °C 15 minutos. Cortar 3 círculos.

Relleno: Mezclar los yogures con la leche y la gelatina previamente remojada y disuelta en una cucharada de leche. Añadir la nata y mezclarlo bien. Con un aro de pastelería disponer un disco de bizcocho, crema de yogur, otro disco de bizcocho, crema de yogur y terminar con bizcocho. Enfriarlo en la nevera durante 2 horas. Extender sobre la superficie jalea de frambuesa y adornarlo con frutas rojas.

Conservación: 2 días en la nevera.

Tiempo de elaboración: 15 minutos.

Tiempo de cocción: 15 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Adornarlo con virutas de cacao.





Ingredientes para 6 personas:

1 l (4 vasos de agua) de leche, la corteza de 2 limones, 100 g (1 taza de café) de azúcar, 3 claras, 2 ramas de canela, canela en polvo.

Modo de hacerlo:

1. Hervir la leche con el azúcar, la corteza de limón y las ramas de canela 5 min. aprox. en una cacerola removiendo periódicamente.
2. Colar la leche, pasarla a un bol y meterlo en el congelador. Remover de vez en cuando para que cuaje sin cristalizarse.
3. Montar las claras a punto de nieve. Cuando la leche empieza a cuajarse, sacarla del congelador y añadir la claras montadas. Volver a meterlo en el congelador hasta un rato antes de consumirlo. Servirlo en copa espolvoreada con canela.

Conservación: Tres meses en el congelador.

Tiempo de elaboración: 10 min.

Tiempo de cocción: 1 hora.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Blanco y negro: café con leche merengada. Utilizar heladora.



Ingredientes para 6 personas:

3 huevos, 4 dl (4 tazas de moka) de leche, 6 cucharadas de azúcar, 2 barras de pan de mantequilla (puede sustituirse por 12 rebanadas de pan de leche), 6 cucharadas de azúcar, 1 rama de canela.

Caramelo: 100 g (1 taza de moka) de azúcar, un chorrito de agua.

Modo de hacerlo:

1. Preparar un caramelo claro con el azúcar y el agua. Bañar el fondo de un molde de bizcocho.
2. Cortar el pan en rodajas de 1 cm de grosor. Colocarlas en el molde caramelizado. Aromatizar la leche calentándola con canela en rama hasta que hierva.
3. Batir los huevos con la leche y el azúcar. Verterlo sobre el pan. Espolvorearlo con más azúcar y hornearlo a 180 °C 30 min. hasta que cuaje. Servirlo cortado en rebanadas.

Conservación: Una semana en la nevera.

Tiempo de elaboración: 25 min.

Tiempo de cocción: 30 min.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Hacerlo en moldes individuales, o cocerlo en olla a presión dentro de un molde con tapa. 10 min. desde que sube la espita. Utilizar rebanadas de pan de molde.



Ingredientes:

335 g de harina, 10 g de sal, 1 cucharadita de levadura química, 225 g de mantequilla en pomada, 110 g de azúcar morena, 110 g de azúcar, una pizca de vainilla, 2 huevos, 170 g de perlas de chocolate, 100 g de avellana picada.

Modo de hacerlo:

Mezclar la harina, la sal y la levadura. Mezclar la mantequilla con el azúcar, la vainilla, los 2 huevos y levadura. Por último incorporar el chocolate y las avellanas. Hacer montoncitos de masa sobre una bandeja de horno engrasada. Hornearlo a 180 °C 7 min.

Conservación:

1 semana en lata hermética.

Tiempo de elaboración:

10 minutos.

Tiempo de cocción:

7 minutos.

Dificultad: Principiantes.



* Magdalenas de frutos rojos

Ingredientes:

4 huevos, el mismo peso en: Harina, azúcar y mantequilla, ralladura de limón, 50 g de frutos rojos.

Modo de hacerlo:

Batir bien la mantequilla y el azúcar. Añadir las yemas, el limón, la harina y los frutos. Por último las claras a punto de nieve. Introducirlo en moldes y hornearlo a 180 °C 15 min.

Conservación:

1 semana en lata hermética.

Tiempo de elaboración:

10 minutos.

Tiempo de cocción:

15 minutos.

Dificultad: Principiantes.



Vino blanco

Ingredientes para 6 personas:

4 melocotones, 1/2 l (2 vasos de agua) de vino blanco dulce o moscatel, 100 g (1 taza de café) de azúcar, 1 clavo, 1 rama de canela, 1 vaina de vainilla, cáscara de 1 limón y de 1 naranja, 150 g de hojaldre.

Modo de hacerlo:

1. Pelar, deshuesar y trocear los melocotones.
2. Poner en una cacerola el vino, el azúcar, la canela, el clavo, la vainilla, la cáscara de naranja y de limón. Introducir los melocotones y cocerlos 45 min. a fuego lento, hasta que estén blandos. Apagar el fuego y dejarlos en el jarabe una hora.
3. Estirar el hojaldre con ayuda de un rodillo, espolvorear la superficie con azúcar, enrollarlo y cortarlo en rodajas. Aplastarlo y enfriarlo. Hornearlo a 180 °C hasta que se doren. Rellenar un aro con el melocotón, colocarlo sobre el plato de presentación, retirarlo y acompañarlo de las galletas de hojaldre.

Conservación: 3-4 días en nevera sin montar, tapados.

Tiempo de elaboración: 25 min.

Tiempo de cocción: 2 horas.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Utilizar melocotones en almíbar y caramelizarlos en el fuego.



Ingredientes para 6 personas:

100 g de mermelada de naranja amarga, 2 naranjas grandes, 125 g de mantequilla, 125 g (5 cucharadas colmadas) de azúcar, ralladura de 1 naranja, 4 huevos, 100 g (1 taza escasa) de harina, 1 dl y 1/2 (1 vaso de vino) de leche, 1 dl (1 taza de moka) de nata líquida.

Modo de hacerlo:

1. Forrar la base de una flanera con papel de aluminio. Cortar las naranjas en rodajas finas y cubrir con ellas el fondo y parte de las paredes del molde.

2. Blanquear (batir) la mantequilla con el azúcar, añadir la ralladura y los huevos. Incorporar la harina, agregar un poco de leche para que la masa resulte más clara (debe gotear de la cuchara). Rellenar el molde, taparlo y cocerlo al baño María sobre el fuego hasta que cuaje, 1 h y 30 min. aprox.

3. **Salsa de naranja:** 3 dl y 20 ml de zumo de naranja, 2 yemas, 1/2 cucharadita de Maizena, 2 cucharadas de azúcar, 1 chorrito de Gran Marnier. Hervir el zumo de naranja. Mezclar las yemas con la Maizena y el azúcar. Verter el zumo caliente y disolverlo. Devolverlo al fuego y cocerlo hasta espese sin parar de mover. Desmoldar el pastel y servirlo con la salsa. Decorarlo con frutas rojas.

Conservación: 3 días en nevera.

Tiempo de elaboración: 30 min.

Tiempo de cocción: 1 hora y media.

Dificultad: Algo de experiencia.



Nuestro truco:

Hacerlo al baño María en olla a presión durante 5 minutos a partir de que se levante la válvula.



Ingredientes para 6 personas:

Masa: 250 g (2 tazas de té) de harina, 1 cucharada de manteca, 1 cucharada de mantequilla, 1 vaso de agua, 1 chorrito de vino blanco (opcional), sal.

Compota: 3 manzanas golden, 75 g de mantequilla, 3 cucharadas de azúcar, una copita de Calvados.

Modo de hacerlo:

1. **Masa:** Mezclar todos los ingredientes y amasarlo bien hasta que quede muy fina. Estirarla con un rodillo y cortarla en cuadrados de 10 cm de lado.

2. Pelar las manzanas y trocearlas. Ponerlas en una cazuela con la mantequilla, el azúcar y el chorrito de Calvados. Cocerlas hasta que se ablanden y caramelicen.

3. Rellenar los cuadrados de masa con la compota. Pintar con huevo los bordes y cerrarlos en forma de triángulo. Freírlos. Espolvorearlos con azúcar glas y servirlos.

Conservación: 3 días en nevera, pero se recomienda meterlos en el horno antes de tomarlos para que resulten algo crujientes. Tomarlos tibios.

Tiempo de elaboración: 30 min.

Dificultad: Principiantes.



Nuestro truco: Hornearlo a 180°C, 25 minutos. Utilizar obleas de masa para empanadillas.





Ingredientes para 6 personas:

4 huevos, 50 g de mantequilla, 200 g (2 tazas de café) de azúcar, ralladura de limón, 3 dl y 1/2 (3 tazas y media de café) de leche, 1/2 vaso (de vino) de zumo de limón, 80 g (2 tazas de café) de harina, una pizca de sal.

Salsa: 1 cucharada de mantequilla, la piel de la naranja cortada en juliana, 3 cucharadas de azúcar, 1 vaso (de agua) de zumo de naranja, 1 vaso (de vino) de *Cointreau*.

Modo de hacerlo:

1. Batir la mantequilla con el azúcar. Añadir la harina, la ralladura de limón y la sal. Incorporar la leche y el zumo. Añadir las yemas. Montar las claras a punto de nieve e incorporar a la mezcla anterior.

2. Engrasar un molde. Rellenarlo con la espuma y hornearlo a 180 °C al baño María 30 min. aprox. hasta que se cuaje. Desmoldarlo en frío.

3. **Salsa:** Derretir la mantequilla en un cazo sobre el fuego, añadir la juliana de naranja y el azúcar. Caramelizarlo. Incorporar el *Cointreau* y reducirlo. Añadir el zumo de naranja y cocerlo hasta que se reduzca. Servirlo empapado de la salsa de naranja.

Conservación: 3 días en nevera.

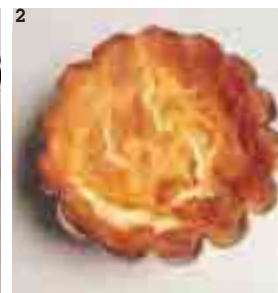
Tiempo de elaboración: 20 min.

Tiempo de cocción: 30 min.

Dificultad: Principiantes.



Nuestro truco: Es muy importante **desmoldarlo en frío** ya que se rompe con facilidad. Hornearlo en moldes individuales.



Almendra y piña

Ingredientes para 6 personas:

150 g de almendra molida, 150 g (1 taza y media de café) de azúcar, 4 huevos, 2 cucharadas de harina, 3 rodajas de piña en almíbar picada.

Modo de hacerlo:

1. Separar claras y yemas. Montar las yemas con el azúcar; añadir la harina y la almendra molida.
2. Añadir las claras a punto de nieve y la piña.
3. Cubrir una bandeja con plancha de silicona o papel de horno, colocar 6 aritos individuales engrasados, rellenarlos con el preparado y asarlos a 180 °C, 20 min. aprox. Desmoldarlo en frío. Presentar cada pastel con azúcar glas y decorarlo con almendras laminadas y trozos de piña.

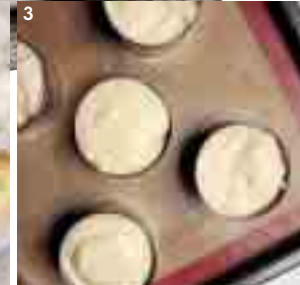
Conservación: Admite congelación. Duran hasta 5 días tapados.

Tiempo de elaboración: 30 min.

Tiempo de cocción: 20 min.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Sustituir la almendra por avellana. Si no se dispone de aros individuales, utilizar un molde genovés (redondo y bajo), en este caso el tiempo de horneado es de 35 min. aprox. Comprobar el punto pinchando con una aguja.





y frambuesa

Ingredientes para 6 personas:

Bizcocho: 150 g de chocolate sin leche, 100 g de mantequilla, 150 g (1 vaso de vino) de azúcar, 4 huevos, 120 g (1 taza de café mediana) de harina, 1 cucharada sopera de levadura en polvo. **Almíbar:** 1 dl (1 taza de moka) de agua y 100 g (1 taza de moka) de azúcar, 150 g de mermelada de frambuesa, 1 terrina de frambuesas. **Cobertura:** 100 de chocolate negro, 100 g de nata.

Modo de hacerlo:

1. Derretir el chocolate en el microondas y dejarlo entibiar. Mezclar la mantequilla en pomada con la mitad del azúcar, incorporar el chocolate y las yemas y batirlo. Tamizar la harina con la levadura y añadirlo a lo anterior. Montar las claras a punto de nieve con el resto del azúcar y mezclarlo. Forrar un molde redondo con aluminio, engrasarlo y enharinarlo. Rellenarlo y hornearlo a 180 °C 40 min. aprox.

2. **Cobertura:** Hervir la nata, añadir fuera del fuego el chocolate y removerlo hasta que se funda.

3. **Almíbar:** Hervir el agua con el azúcar 10 min. aprox. Cortar el bizcocho en 2 capas. Pintar una capa con el almíbar y la mermelada de frambuesa. Disponer las frambuesas y taparlo. Napar (untarlo) con la cobertura. Presentarlo con una mermelada de frambuesa calentada y colada.

Conservación: Congela bien.

Tiempo de elaboración: 25 minutos.

Tiempo de cocción: 50 minutos.

Dificultad: Principiantes.



Nuestro truco: Prepararla el día anterior. Dejarla muy empapada con el almíbar y la mermelada caliente para que penetre bien en el bizcocho.



Ingredientes:

270 g de chocolate negro, 160 g de mantequilla, 330 g de azúcar, 4 huevos, 260 g de harina, 1/2 cucharada de levadura, 1 cucharada de café soluble, 100 g de nueces picadas.

Modo de hacerlo:

Derretir el chocolate con la mantequilla. Enfriarlo. Batir los huevos y el azúcar. Añadir el chocolate, el café y la harina mezclada con la levadura y las nueces. Introducir la mezcla en un molde engrasado y hornearla 45 min. a 150 °C. Enfriarlo y cortarlo.

Conservación: 3 días en lata hermética.

Tiempo de elaboración: 15 minutos.

Tiempo de cocción: 45 minutos.

Dificultad: Principiantes.

Nuestro truco: Poner chocolate con leche además del negro. Servirlo con helado.





5



6



Índice

Aperitivos

Bolitas sorpresa (1 h.)	11
Camembert frito (10 min.)	14
Croquetas (45 min.)	9
Paté de atún (10 min.)	10
Paté de higaditos (20 min.)	12
Paté de salmón (15 min.)	10
Pizza mexicana (40 min.)	17
Plum cake y crema de queso (20 min.)	15

Provolone con salsa de tomate (10 min.)	14
Queso manchego y membrillo (10 min.)	15
Rollito de carne asada (50 min.)	16
Torta de queso de cabra gratinada (15 min.)	8
Tostas de patata y salmón (45 min.)	13

Cremas, sopas, arroz pasta y huevos

Arroz con almejas y alcachofas (50 min.)	26
Arroz con salchichas (35 min.)	25
Arroz meloso de espárragos (45 min.)	27
Crema de zanahorias (50 min.)	20
Espaguetis con langostinos (30 min.)	29
Fideuá de rape (1 h.)	28
Milhojas de gambas y trigueros (40 min.)	30
Pisto con hinojo y huevos escalfados (40 min.)	32
Sopa montera (10 min. más cocción)	23
Sopa de tomates verdes con albahaca (10 min.)	24
Surtido de cremas en chupitos (30 min.)	22
Tallarines de arroz con gambas (35 min.)	31
Tomates fritos con huevo (30 min.)	33
Vichysoisse de yogur a la menta (40 min.)	21

Verduras y legumbres

Brochetas de verdura con salsa Romesco (50 min.)	36
Copa de mousse de patata con tuétana (1 h.)	44
Ensalada de verduras fritas (45 min.)	47
Espinacas con queso feta y piñones (20 min.)	40
Lasaña de verduras de verano (25 min.)	39
Patatas salteadas con panceta y romero (20 min.)	41
Pimientos verdes rellenos de tortilla (50 min.)	38
Puerros con salsa de yogur (20 min.)	37
<i>Soufflé</i> de coliflor (1 h. y 1/4.)	46
Tarta de tomates y pimientos (45 min.)	45

Pescado

Anchoas al vino blanco (25 min.)	55
Bacalao con cebolla y patatas (1 h.)	50
Bogavante con gazpacho (1 h.)	51
Crêpes rellenas de marisco (1 h. y 1/2)	58
Flan de trucha con salsa de Oporto (55 min.)	52
Lubina con salsa de albahaca (1 h.)	57
Mejillones a la marinera (40 min.)	56

Mejillones al vapor con dos salsas (20 min.)	56
Raviolis rellenos de changurro (1 h. y 1/2)	54
Sardinias en <i>papillote</i> con compota de tomate (25 min.)	53

Aves y carnes

Albondigón en salsa (1 h.)	66
Blanqueta de pularada con arroz salvaje (1 h.)	65
Brocheta de pollo con salsa de yogur (45 min.)	67
Capón relleno (2 h.)	78
Cazuelitas de ave (20 min.)	73
Conejo al ajillo con frutos secos (40 min.)	70
Hamburguesas de cordero con berenjenas (20 min.)	64
Morcillo estofado (1 h. y 1/2)	74
Pastel de carne (2 h.)	62
Pastela de pollo (1 h. y 1/2)	68
Perdiz con alubias (2 h.)	75
Pichón asado con manzanas (1 h.)	71
Pintada con setas (30 min.)	63
Pollo al chilindrón (45 min.)	77
Pollo crujiente con crema de aguacate (15 min.)	69
Solomillo de cerdo agridulce (1 h.)	76
<i>Tournedos</i> a las uvas con guarnición (30 min.)	72

Índice

Postres

Bartolillos de manzana (30 min.)	89
Borrachos (1 h.)	82
Brownies de café (1 h.)	93
Cookies de chocolate (15 min.)	86
Dulce de cítricos (50 min.)	90
Leche merengada (1 h. 10 min.)	84
Magdalenas de frutos rojos (25 min.)	86
Melocotones al vino blanco (2 h.)	87

Pan perdido de canela (1 h.)	85
Pastel de naranja al vapor (2 h.)	88
Pasteles de almendra y piña (50 min.)	91
Tarta de chocolate y frambuesa (1 h. y 1/2)	92
Tarta de frutas del bosque (30 min.)	83
Tronco de chocolate y castaña (20 min.)	94

Salsas

Salsa de yogur	10
Salsa Cumberland	12
Salsa de eneldo	10
Salsa <i>vitello tonato</i>	16
Salsa de mostaza	16
Vinagreta de miel	14

● Los tiempos que se indican son aproximados y corresponden a elaboración más cocción.

Y 20 consejos de **YBARRA**



100% Calidad

YBARRA

Y
YBARRA
CALIDAD POR PRINCIPIO



Y

YBARRA

CALIDAD POR PRINCIPIO

ACEITE SANO,
DE CORAZÓN

